# USER MANUAL
# **MOUNTAIN BACKPACKS**

**DEUTSCH**..... 1

**ENGLISH**.....11

**FRANÇAIS**..... 21

**ITALIANO**..... 31

**ESPAÑOL**..... 41

中文..... 52

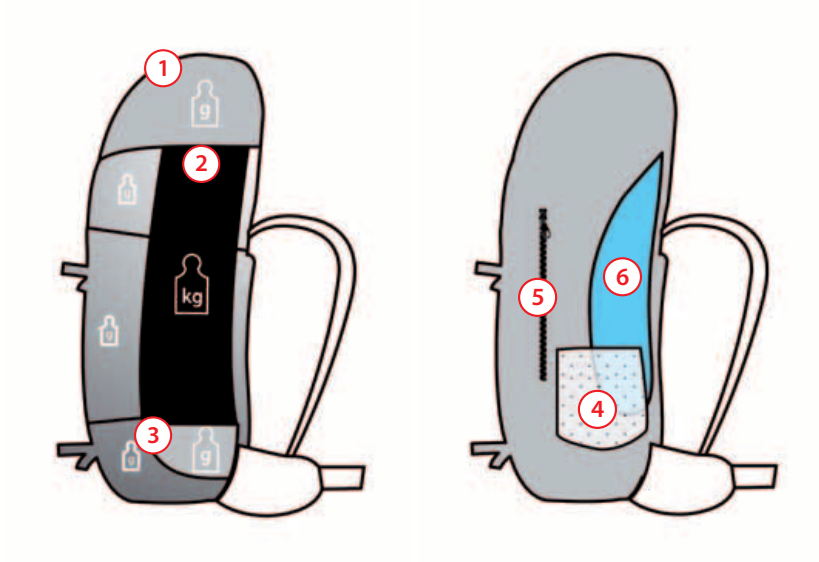
## INHALT

Allgemeine Einstellungen .....1
Rucksack richtig Packen .....1
Einstellen und Anpassen .....3
Trägerlängenverstellung F.L.A.S.H. NT .....4
Mountain Rucksack Features .....5
Hüftgurt .....5
Rucksackdeckel – Seilhalterung .....6
Rucksackdeckel - Volumenerweiterung
durch variable Deckelhöhe .....6
Hauptfach – Zugriff über Reißverschluss .....6
Geräte & Co. – Eisgerätegarage .....7
Geräte & Co. – Gerätehalterung .....7
Geräte & Co. – Steigeisenfach .....8
Geräte & Co. – Seitliche Skibefestigung .....8
Winterspecials – Safety Fach .....8
Winterspecials - Snowboard Halterung .....9
Winterspecials - Schneeschuhhalterung .....9
Winterspecials – Helmhalterung .....10

## ALLGEMEINE EINSTELLUNGEN

### Rucksack richtig Packen

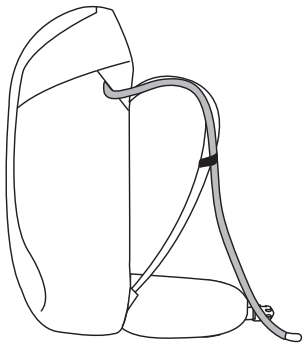
Grundsätzlich gilt, der Schwerpunkt der Last sollte oberhalb des Körperschwerpunkts liegen. Schwere Ausrüstungsgegenstände werden deshalb möglichst nah am Rücken gepackt.



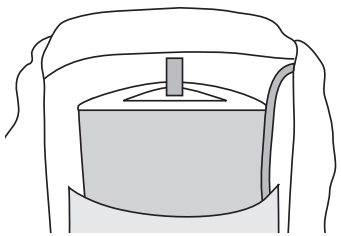

1. **Deckelfach:** kleine und leichte Ausrüstungsgegenstände wie z.B. Handy, GPS, Kompass.
2. **Hauptfach:** unten, oben und an den Seiten sollten

## AUSGANG TRINKSCHLAUCH

Deckelöffnung

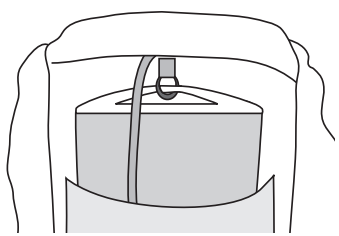


Befestigung Trinkblase: Klettverschluss



- Reißverschlussöffnung

Befestigung Trinkblase: Haken



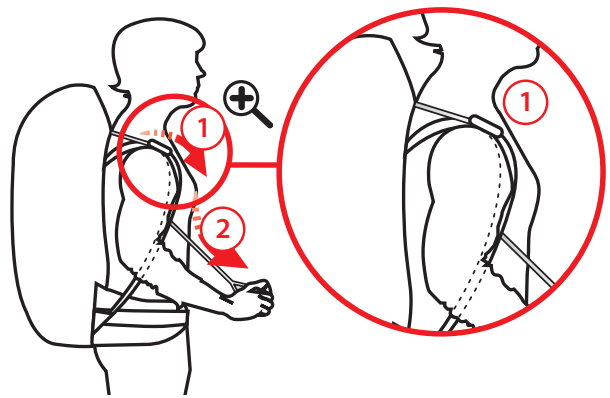
leichtere Dinge gepackt werden, z.B. Bekleidung. In der Mitte und nahe am Rücken sind die schweren Gepäckstücke zu verstauen, wie z.B. Kletterausrüstung (Karabiner, Keile, Expressen), Zelt, Konserven oder Wasservorrat.

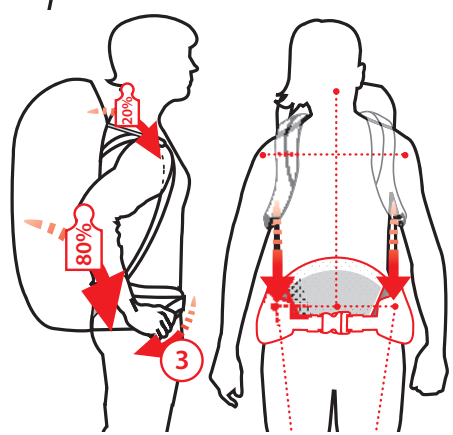
3. **Bodenfach:** Hier können leichtere und voluminöse Gegenstände verstaut werden, die im Hauptfach zu viel Platz einnehmen (Schlafsack, Wäschesack).
4. **Außen- und Netztaschen:** Stauraum für Kleinigkeiten (Regenjacke, Mütze, Taschentücher, Handschuhe, etc). Sie sollten ungefähr gleichschwer beladen sein.
5. **Kartenfach:** flaches Außenfach für schnellen Zugriff auf Karten, Kletter- oder Wanderführer.
6. **Trinksystem:** Das Fach ist immer rückennah angebracht, um den Körperschwerpunkt nicht negativ zu beeinflussen. Der Ausgang des Trinkschlauches befindet sich bei Rucksäcken mit Deckel seitlich unterhalb der Deckelöffnung. Bei Rucksäcken mit Reißverschlussöffnung befindet er sich oberhalb der Rucksackträger.

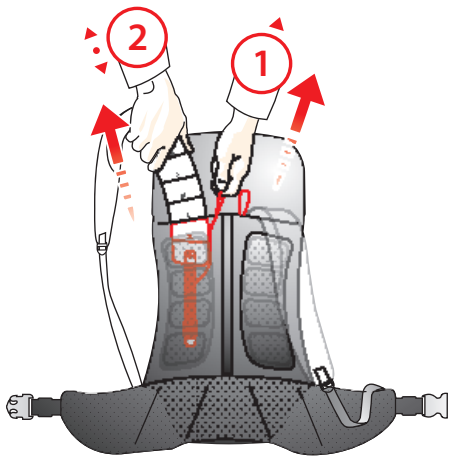
## EINSTELLEN UND ANPASSEN

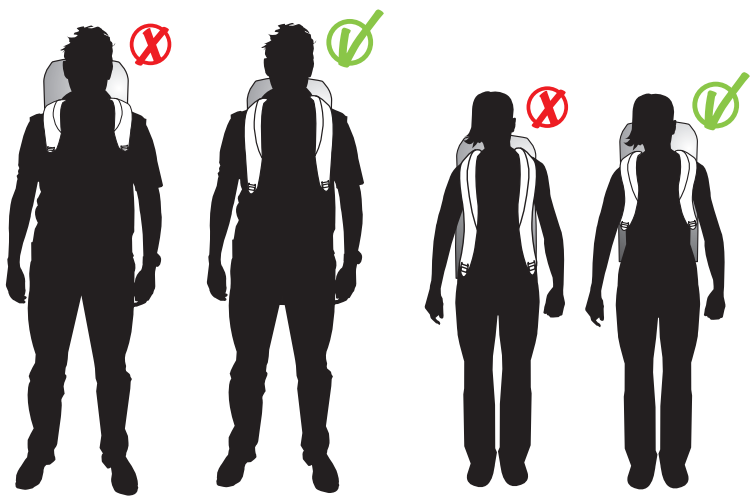
Zum Einstellen den fertig gepackten Rucksack aufnehmen und wie folgt vorgehen:

1. Schulterträger und Lastpositionierungsriemen **(1 und 2)** leicht anziehen. Die Klemmschnallen und die Lastpositionierungsriemen müssen zwischen Schlüsselbein und Schulterhöhe liegen. Etwa die Mitte des gepolsterten Schultergurtes sollte oben auf der Schulter liegen. Ist dies nicht der Fall, sollte die Länge der Träger verstellt werden.
2. Hüftgurt bei hochgezogenen Schultern schließen und festziehen **(3)**. Der Hüftgurt muss an der Oberkante des Beckenknochens aufliegen. Etwa 80% der Last sollten auf der Hüfte getragen werden.
3. Lockern der Schultergurte bis das gesamte Gewicht spürbar auf der Hüfte lastet. Dann die Schultergurte wieder leicht anziehen, um den Rucksack im Schulterbereich zu stabilisieren.
4. Lastpositionierungsriemen stramm ziehen. Der Träger hebt sich im hinteren Bereich von der Schulter ab und entlastet diesen Bereich.
5. Zu guter Letzt den Brustgurt in angenehme Höhe verschieben und schließen. Darauf achten, dass der flexible Gummizug beim Einatmen nicht ganz auf Zug gebracht wird und so evtl. die Atmung behindert.





## TRÄGERLÄNGENVERSTELLUNG F.L.A.S.H. NT

Jeder Mensch hat eine individuelle Rückenlänge und -form, mit Hilfe der F.L.A.S.H. NT Trägerlängenverstellung kann das Tragesystem optimal an die Oberkörperproportionen angepasst werden.
Der Rucksack sitzt so wie maßgeschneidert.

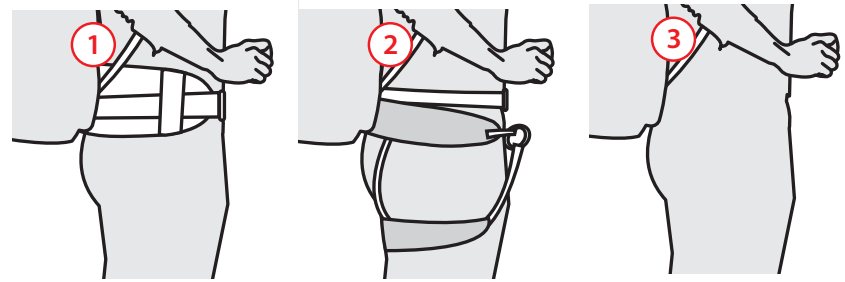
**EINSTELLUNG:** Über zwei Zugschlaufen lässt sich mit F.L.A.S.H. NT die Länge des jeweiligen Schulterträgers schnell, stufenlos und bequem an die Körpergröße der Person anpassen. Über die rote Zugschlaufe am Austrittspunkt wird die Arretierung des Schulterträgers gelöst **(1)**. Durch herausziehen oder hineinschieben des Schulterträgers, kann dieser in der Länge verstellt werden **(2)**. Um den Schulterträger wieder zu Arretieren, wird die rote Zugschlaufe **(1)** wieder losgelassen. Größenmarkierungen auf der Trägerinnenseite helfen bei der Ermittlung der richtigen Trägerlänge.
Eine Anleitung zur genauen Einstellung des Tragesystems finden Sie auf unserem Youtube Channel www.youtube.com/vaudesport

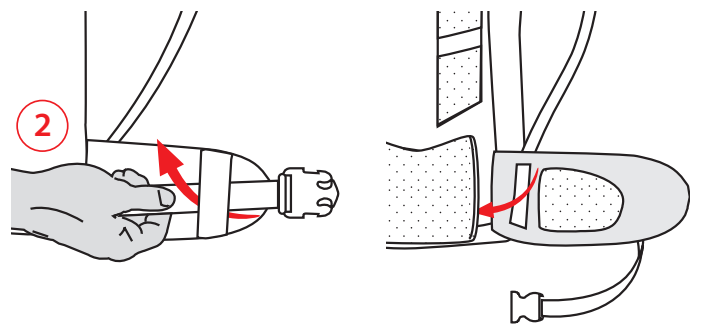
## MOUNTAIN RUCKSACK FEATURES

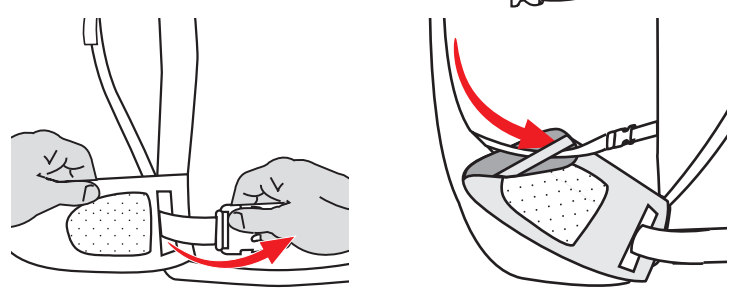
### HÜFTGURT

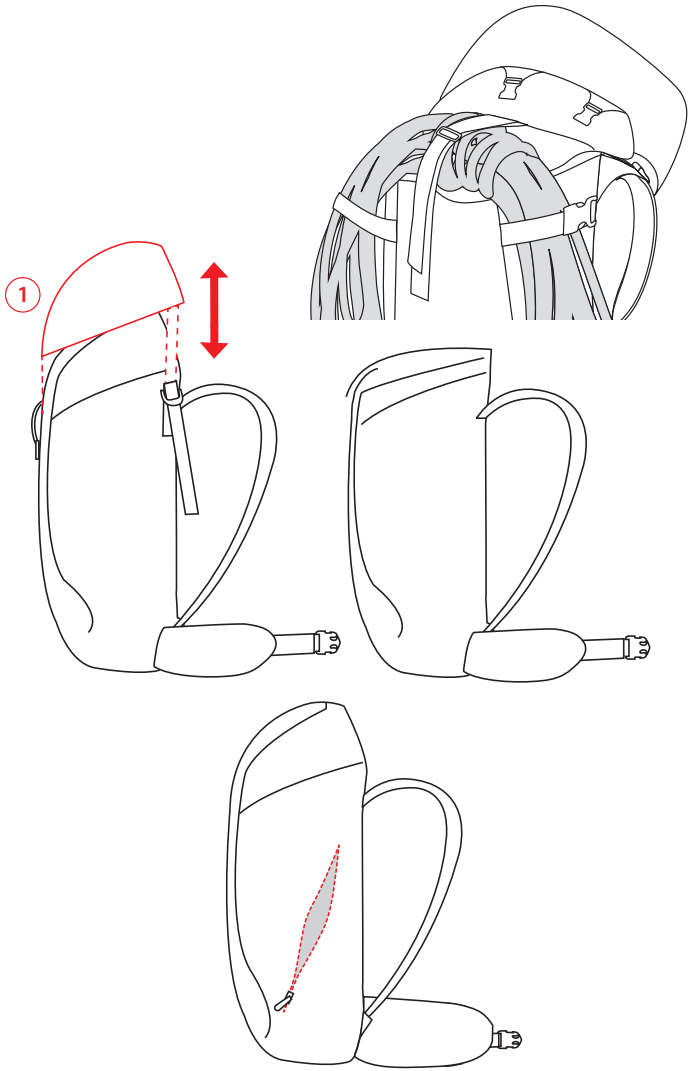
Die Hüftgurte der VAUDE Mountain Rucksäcke können je nach Gebrauch optimal angepasst werden:

1. Als herkömmlicher Hüftgurt mit bequemer breiter Hüftflosse.
2. Mit eingeklappten Hüftflossen, ein Gurtband fixiert dann den Rucksack - besonders praktisch, wenn z.B. ein Klettergurt getragen wird (nur bei Anatomic Alpine Rückensystem).
   Dazu Gurtband aus der Hüftflosse ausschlaufen, die Hüftflossen nach innen zum Rucksackrücken klappen oder mit Hilfe des unteren Kompressionsgurtes fixieren.
3. Ohne Hüftgurt – der Hüftgurt kann komplett abgenommen werden. Der Gurt ist mit einem zusätzlichen Klettverschluss im Einschubfach des Rucksackrückens fixiert. Zuerst Hüftgurt heben und Klettverschluss lösen, danach kann der komplette Gurt aus dem Einschubfach gezogen werden






## RUCKSACKDECKEL – SEILHALTERUNG

Die Seilhalterung unter dem Deckelfach verhindert, dass das Seil unter dem Deckel verrutscht, und ermöglicht mehr Stauraum im Hauptfach.

## RUCKSACKDECKEL - VOLUMENERWEITERUNG DURCH VARIABLE DECKELHÖHE

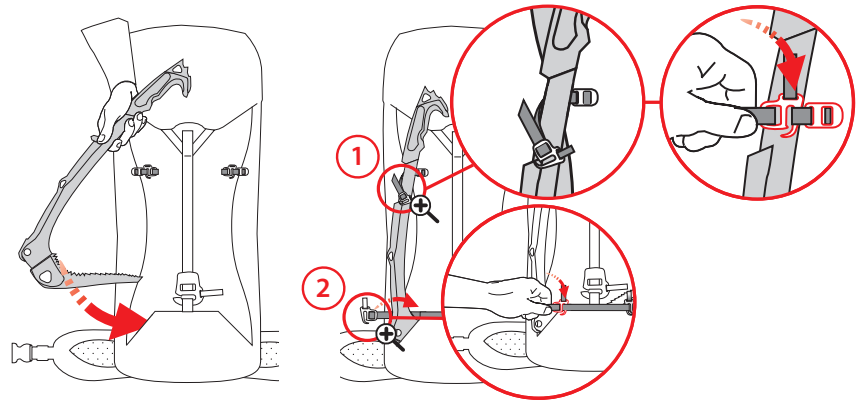
Durch aufziehen der Zugschlaufen erweitert sich das Rucksackvolumen um ca. 10 Liter. Um dem Träger mehr Kopffreiheit zu ermöglichen, z.B. beim Klettern, kann der Rucksackdeckel komplett abgenommen werden. Hierzu wird die Lastpositionierung **(1)** ausgeschlauft, und anschließend der Deckel vom Klettverschluss gelöst.

## HAUPTFACH – ZUGRIFF ÜBER REISSVERSCHLUSS

Zugriff auf das Hauptfach auch über Reißverschluss auf der Seite möglich.

## GERÄTE & CO. – EISGERÄTEGARAGE

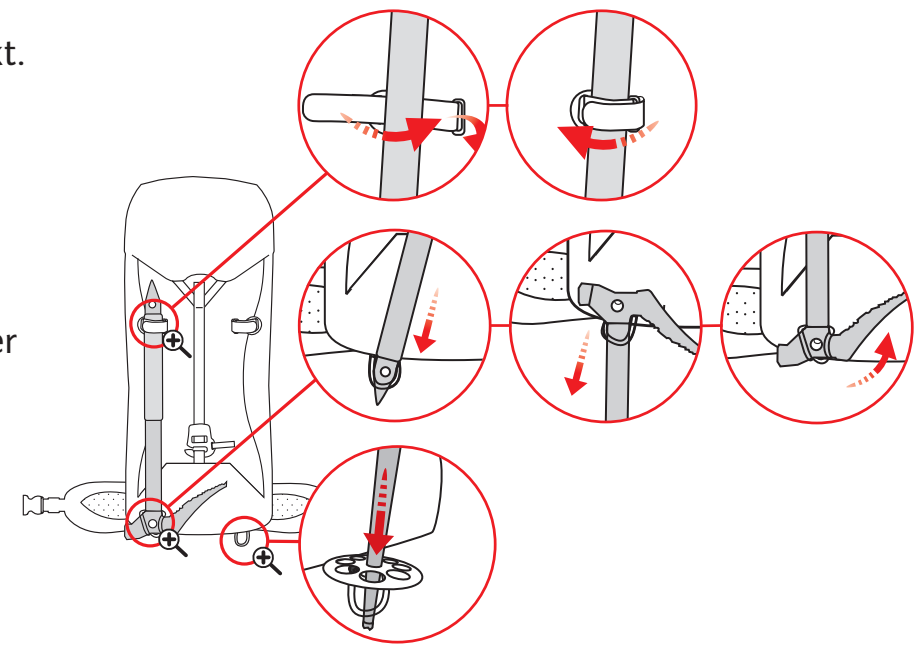
Eisgeräte-/ Pickelhalterung mit praktischen Verstaufach für die Hauen.
Das Gerät wird mit der Haue zuerst in die dafür vorgesehene Tasche eingeschoben. Anschließend den Schaft unten und oben mit den Gurtbändern befestigen.

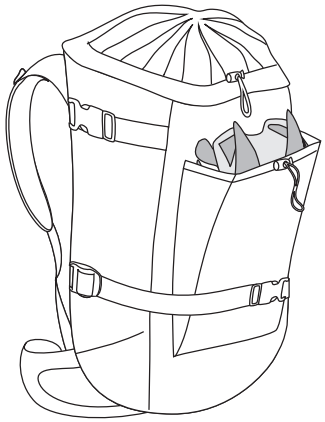


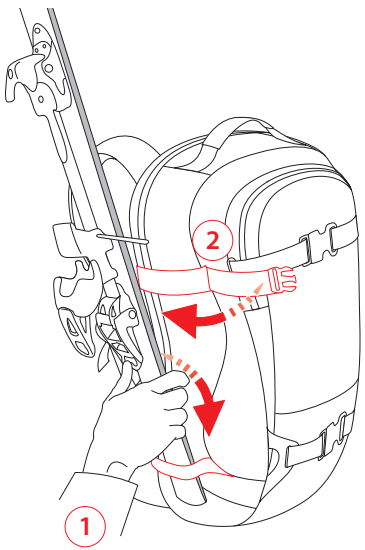

## GERÄTE & CO. – GERÄTEHALTERUNG

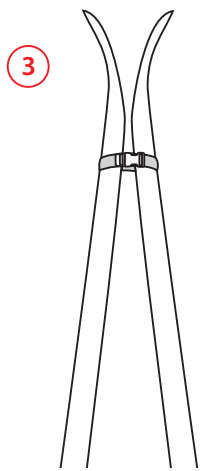
Teleskopstöcke werden in die dafür vorgesehenen Schlaufen am unteren Teil des Rucksackes eingesteckt. Anschließen den Schaft oben mit dem Gurtband oder Klettriemen befestigen.

Eisgeräte werden mit dem Schaft des Gerätes von oben durch die Schlaufe geführt und umgeschlagen. Anschließend den Schaft oben mit dem Gurtband oder Klettriemen befestigen.








## GERÄTE & CO. – STEIGEISENFACH

Zusätzliche Tasche auf dem Vorderteil, zum sicheren verstauen von Steigeisen oder Steigfellen.

## GERÄTE & CO. – SEITLICHE SKIBEFESTIGUNG

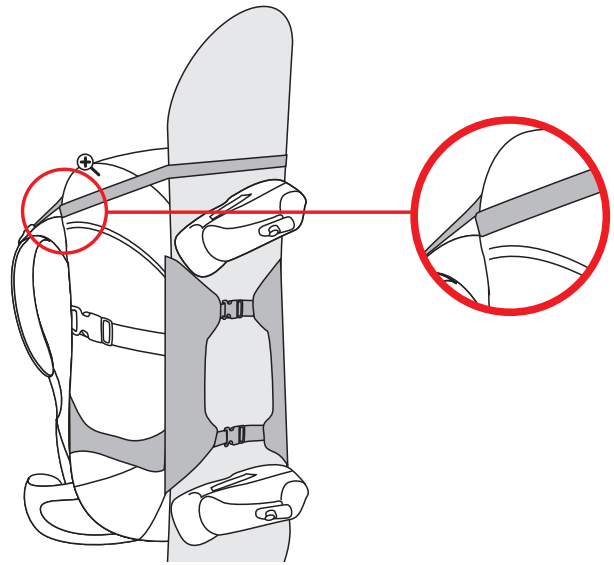
Jeweils ein Ski ist links und ein Ski rechts anzubringen **(1)**. Dazu wird der jeweilige Ski, mit dem Belag zum Rucksack, von oben in die seitliche Aufnahmeschlaufe geschoben bis der Fersenautomat/Steighilfe auf der Schlaufe aufsteht. Mit den beiden seitlichen Kompressionsgurten werden die Ski festgezurrt **(2)**.
Um die Ski in der Balance zu stabilisieren, empfiehlt es sich die Skispitzen noch zusätzlich mit einem Band zusammenzubinden. Dadurch sitzen Sie stabiler an der Seite und schaukeln nicht **(3)**.

## WINTERSPECIALS – SAFETY FACH

Safety-Fach: Sonde und Schaufel sind sicher verstaut und direkt auf der Front des Rucksackes schnell zugänglich. Im inneren des Faches fixieren elastische Bänder Schaufelstiel und Sonde und reduzieren lästiges klappern.

## WINTERSPECIALS - SNOWBOARD HALTERUNG

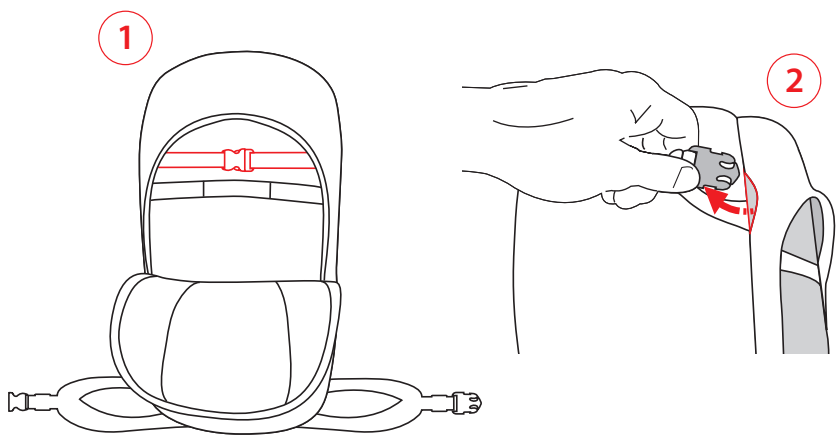
Befestigungsriemen für Snowboard
Riemen auf der Front des Rucksackes öffnen, Snowboard mittig und mit der Belagseite zum Rucksack einlegen. Anschließend Riemen wieder schließen und festziehen, der obere Riemen sollte knapp unterhalb der Bindung liegen und so das Snowboard am herunterrutschen hindern.

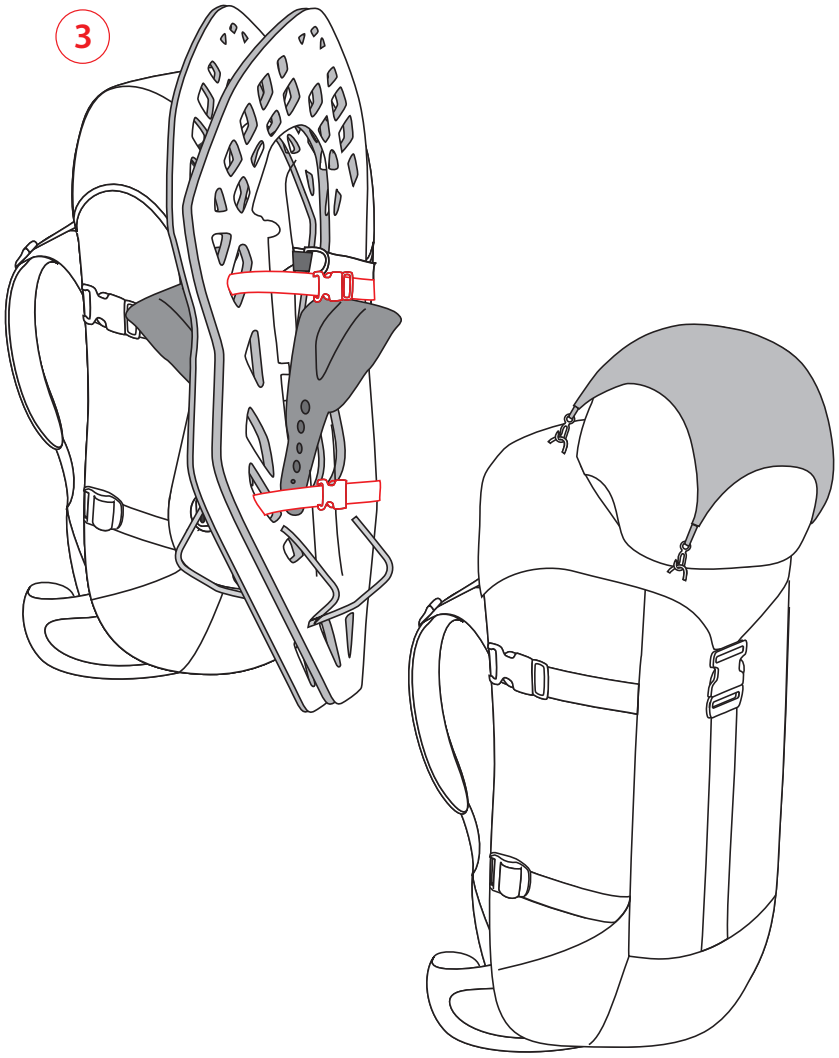


**Tipp:** Für mehr Beinfreiheit beim Aufstieg empfiehlt es sich den oberen Teil des Snowboards durch ein zusätzliches Gurtband etwas nach vorne zu ziehen. Dazu Gurtband durch die Lastpositionierung **(1)** oberhalb der Träger schlaufen, um das Snowboard legen und anziehen.

## WINTERSPECIALS - SCHNEESCHUHHALTERUNG

Um Schneeschuhe zu transportieren, Fronttasche öffnen **(1)** und beide Trageriemen durch die Öffnungen an der Seite des Fachs ausschlaufen **(2)**. Fronttasche wieder schließen, Schneeschuhpaar (Unterseite an Un-






terseite) auf den Rucksack legen, Trageriemen durch die Schneeschuhe schlaufen und wieder schließen **(3)**.

## WINTERSPECIALS – HELMHALTERUNG

Winterrucksäcken liegt eine abnehmbare Helmhalterung bei. Auch mit befestigtem Helm kann frei auf das Hauptfach zugegriffen werden.
Helmhalterung mit den Ösen auf Front oder Deckel des Rucksackes einhängen. Helm einschieben und durch anziehen der Kordel fixieren.

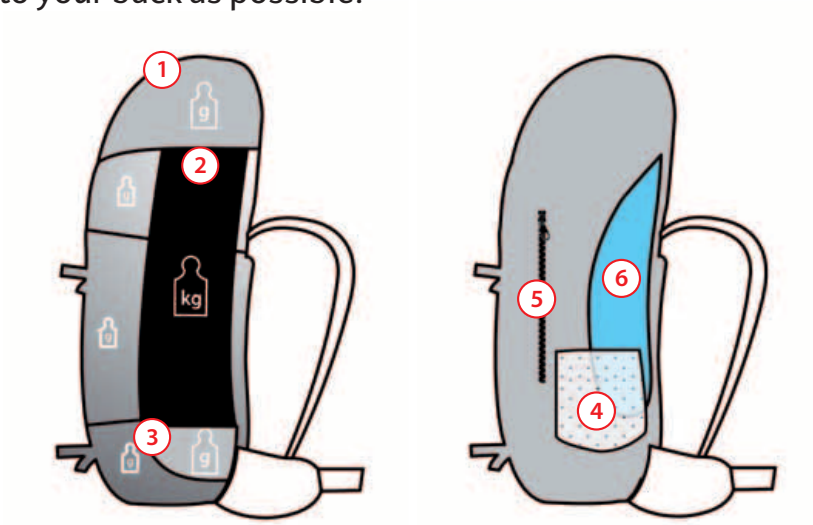
## TABLE OF CONTENTS

General Instructions.....11
How to pack your backpack correctly.....11
Fit and Adjustment.....13
Shoulder Harness Adjustment F.L.A.S.H. NT.....14
Mountain Backpack Features.....15
Hipbelt.....15
Backpack Lid – Rope Attachment.....16
Backpack Top Lid –
Adjustable Top Lid Volume Extension.....16
Main Compartment – Side Zip Access.....16
Equipment & Co. – Ice Gear Attachment.....17
Equipment & Co. – Gear Attachment.....17
Equipment & Co. – Crampon Pocket.....18
Equipment & Co. – Side Ski Attachment.....18
Winter Features – Safety Pocket.....18
Winter Features – Snowboard Attachment.....19
Winter Features – Snowshoe Attachment.....19
Winter Features – Helmet Holder.....20

## GENERAL INSTRUCTIONS

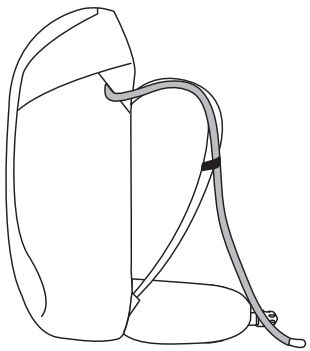
### HOW TO PACK YOUR BACKPACK CORRECTLY

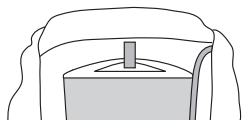
The rule of thumb is to make sure the loaded pack's center of gravity lies directly above your own. Heavy items should therefore be packed as close to your back as possible.




1. **Lid Compartment:** small, lightweight items of gear that need to be close at hand, e.g. mobile phones, GPS, compass.
2. **Main Compartment:** Lighter items such as clothing

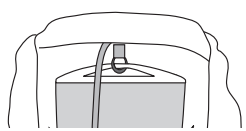
Hydration tube port with top lid closure





Hydration bladder attachment: velcro

Hydration tube port with front zip closure



Hydration bladder attachment: hook

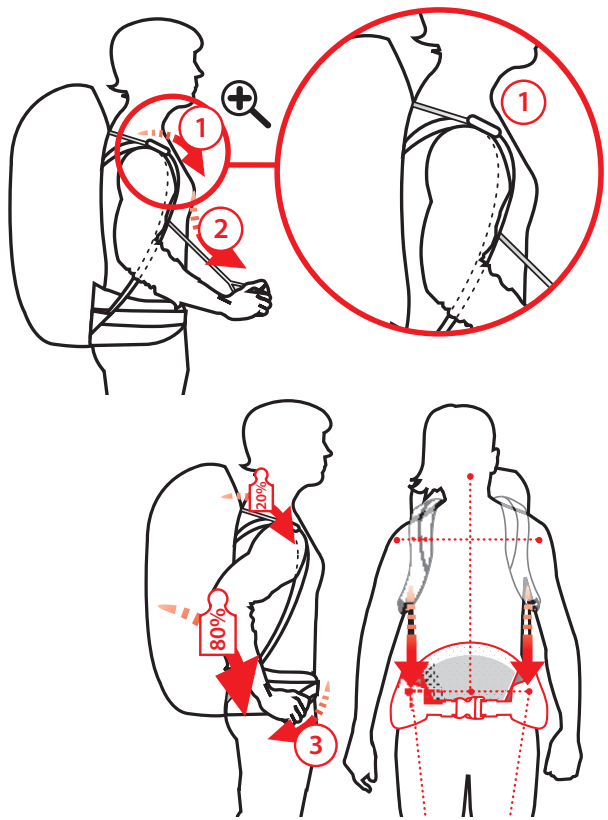
should be packed at the bottom, top and on the sides. Heavier items such as climbing equipment (carabiners, wedges, quickdraws), the tent, tinned food or water supplies should be packed in the middle, close in to your back.

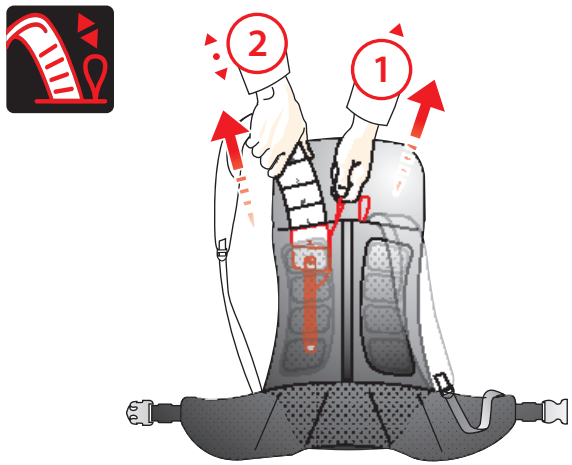
3. **Bottom Compartment:** This is the best place to store lightweight, bulky items that would take up too much room in the main compartment (sleeping bag, dirty laundry bag).
4. **Outer Pockets and Mesh Pockets:** Room for smaller items (rain jacket, cap, tissues, gloves etc.). Each side should weigh about the same.
5. **Map Pocket:** Flat outer pocket for easy access to maps, climbing topos and hiking guides.
6. **Hydration System:** The pocket for the hydration bladder always lies close to your back so that it doesn't offset your center of gravity. The hydration tube port in backpacks with top lids is located underneath the top lid closure. In backpacks with front zip closures, the hydration tube port is found above the shoulder straps.

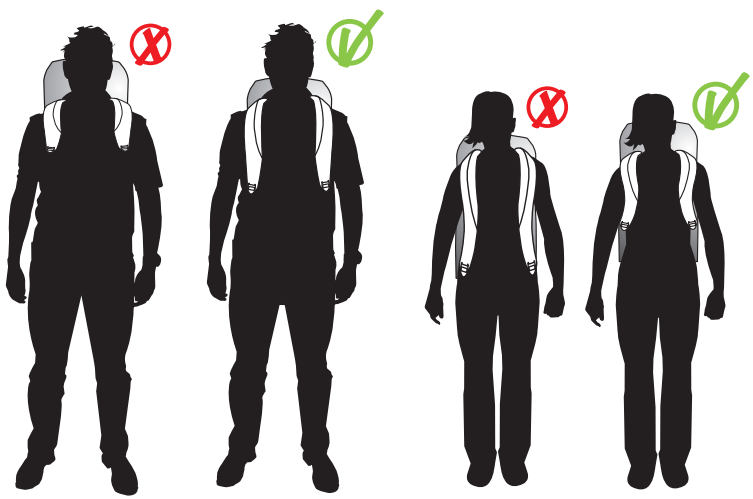
## FIT AND ADJUSTMENT

To adjust a loaded backpack, hoist it onto your back and proceed as follows:

1. Fasten the shoulder straps and load adjustment straps **(1 and 2)** and tighten slightly. The buckles and load lifter straps should lie between your collarbone and the top of your shoulder (red arrow). The mid-point of the padded shoulder strap should be about at the top of your shoulders. If this is not the case, adjust the length of the shoulder strap accordingly.
2. Raise your shoulders and fasten the hipbelt, then tighten it **(3)**. The hipbelt should straddle your hip-bones and carry about 80% of the pack's weight.
3. Loosen the shoulder straps until the entire weight of the pack is resting on your hips. Then tighten the straps gently to stabilize the pack on your shoulders.
4. Pull the load-lifting straps tight. The shoulder straps will lift away from the shoulders slightly and take the weight off this area.
5. Last but not least, slide the sternum strap to a comfortable height (red arrow) and fasten it. Make sure when tightening the strap that the elastic is not overstretched as this may restrict breathing.





## SHOULDER HARNESS ADJUSTMENT F.L.A.S.H. NT

Every person has an individual torso length and shape. With the help of F.L.A.S.H. NT shoulder harness adjustment, the backpack's suspension system can be optimally adjusted to suit your upper body proportions for custom-fitting carrying comfort.

## ADJUSTMENT:

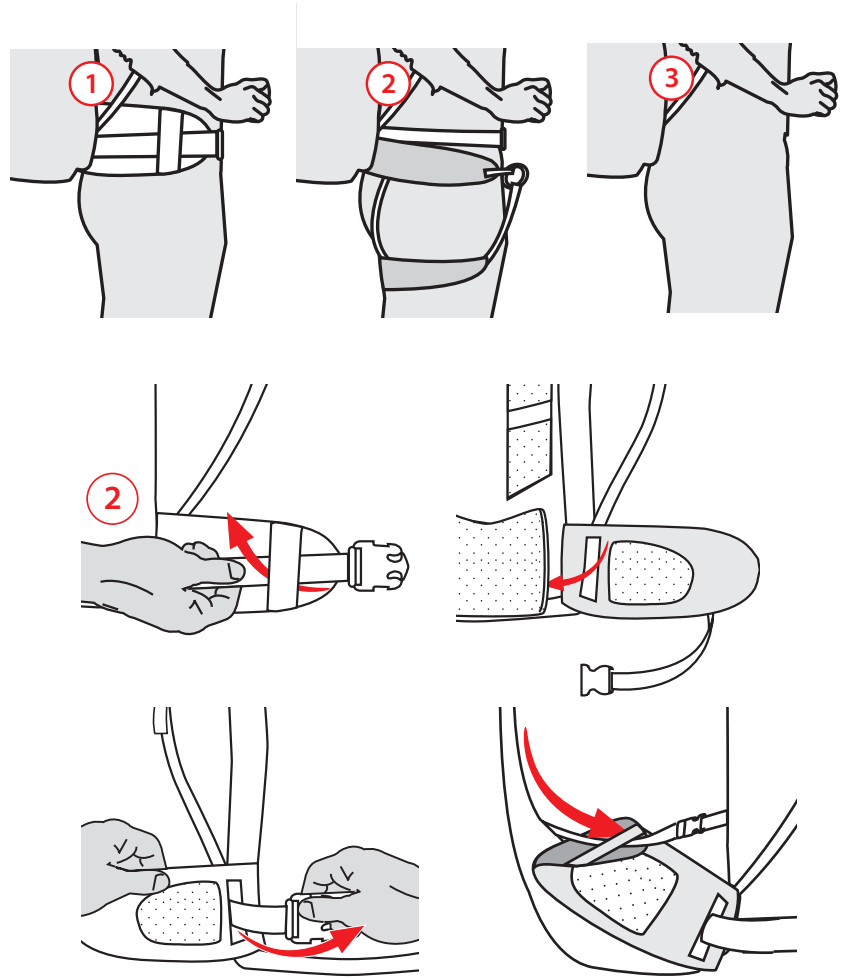
The F.L.A.S.H. NT system has two pull loops that allow you to precisely adjust the length of the shoulder straps quickly, continuously and comfortably for individual torso length comfort. A red pull loop at the point where the shoulder strap exits the pack releases the shoulder strap adjustment. The strap can then be pulled out or inserted as desired (2). To refasten the shoulder strap, release the red pull loop (1). Size indicators underneath the shoulder straps help determine the correct shoulder strap length.
Instructions for the precise adjustment of the suspension system can be found on our YouTube channel www.youtube.com/vaudesport

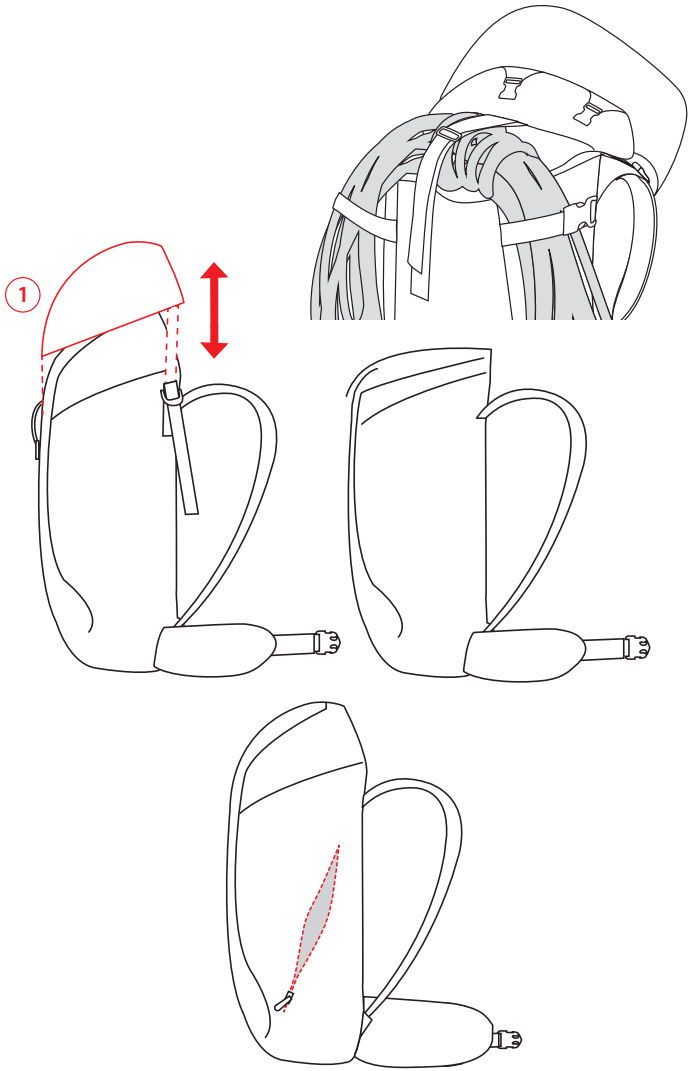
## MOUNTAIN BACKPACK FEATURES

### HIPBELT

The VAUDE Mountain Backpack hipbelt can be optimally adjusted for different activities:

1. As a standard hipbelt with wide, comfortable hip wings.
2. With the hip wings folded back, a webbing belt then secures the backpack. This is especially useful when wearing a harness (only available in the Anatomic Alpine suspension system). Pull the webbing belt out from behind the hip wings, fold the hip wings back or secure them with the lower compression strap.
3. Without the hipbelt. The hipbelt can be completely detached. A velcro strap attachment secures the hipbelt within the storage pocket at the back of the pack. First lift the hipbelt and detach the Velcro closure, then pull the complete hipbelt out of its compartment.






## BACKPACK LID – ROPE ATTACHMENT

The rope attachment under the top lid prevents the rope from sliding out from under the lid, and provides more storage space inside the main compartment.

## BACKPACK TOP LID – ADJUSTABLE TOP LID VOLUME EXTENSION

By loosening the lid straps, the backpack volume can be expanded by about 10 liters. The lid can also be completely removed when needed, such as for climbers who need more headroom. To remove the lid, unthread the load adjustment straps **(1)** and then detach the lid from the velcro attachment.

## MAIN COMPARTMENT – SIDE ZIP ACCESS

Access to the main compartment is also possible through the side zip.

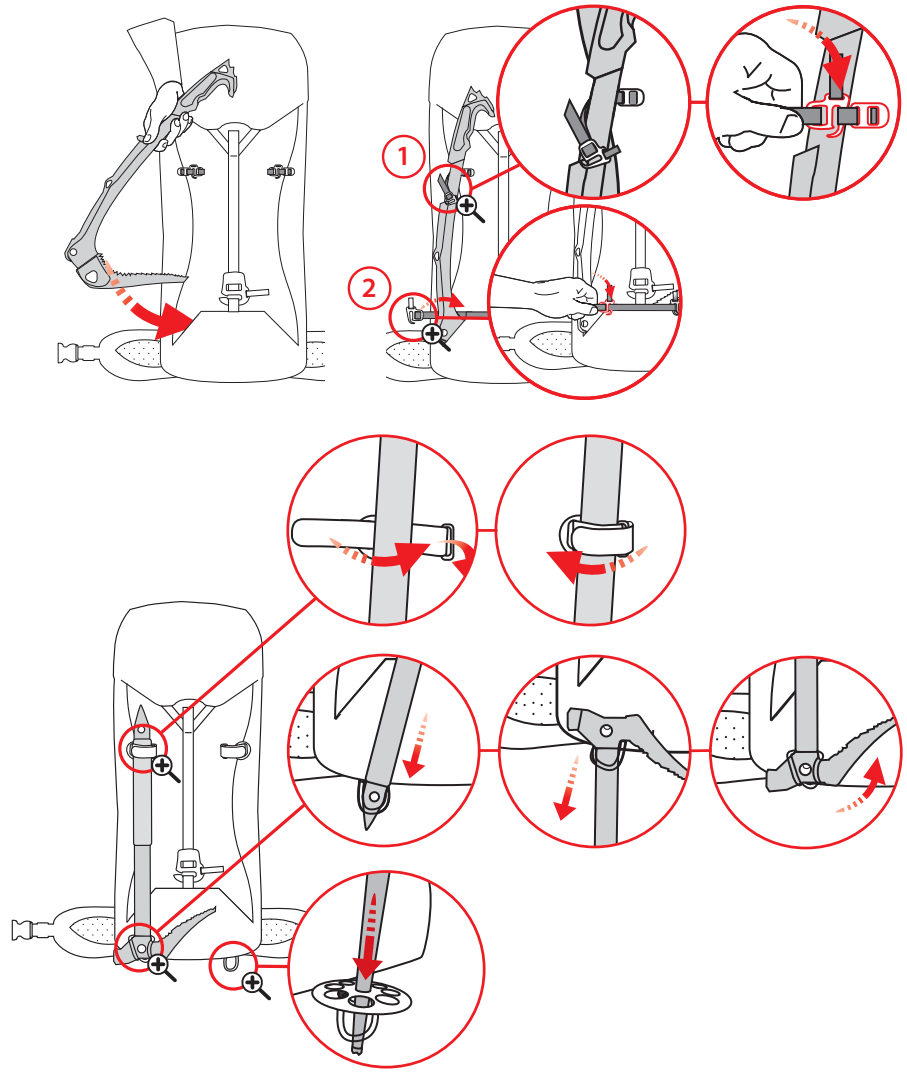
## EQUIPMENT & CO. – ICE GEAR ATTACHMENT

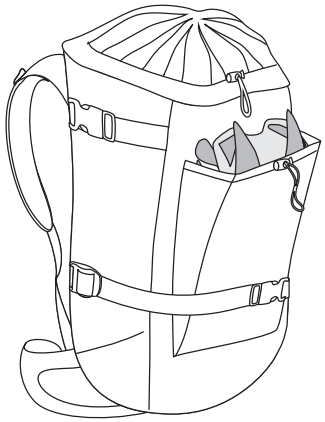
Ice tool / ice axe attachment with practical holster for the axe. The tool is inserted into the pocket with the axe side first. The straps are then used to attach the shaft at the top and bottom.

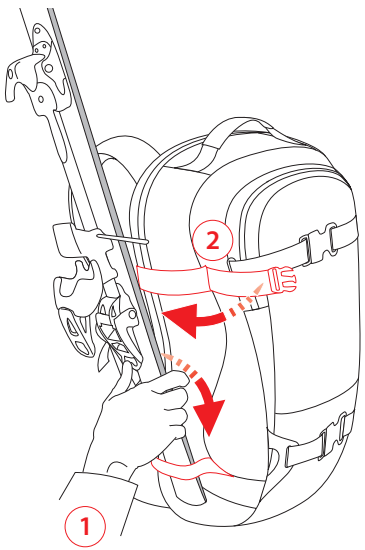
## EQUIPMENT & CO. – GEAR ATTACHMENT

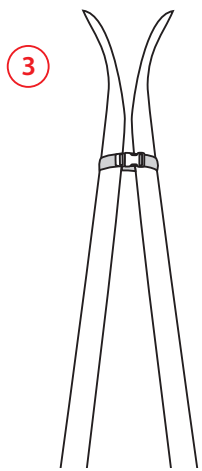
Trekking poles are inserted from below into the loop at the bottom of the pack. The shaft is then attached at the top with either a velcro strap or webbing strap.

The shaft of the ice gear is inserted from the top through the loop and then flipped over. Attach the shaft on top with either the velcro strap or webbing strap.








## EQUIPMENT & CO. – CRAMPON POCKET

Additional front pocket for safe storage of crampons or climbing skins.

## EQUIPMENT & CO. – SIDE SKI ATTACHMENT

Side Ski Attachment

Attach one ski to the left and one to the right side of the pack (1). With the bottom surface against the pack, slide each ski down into the respective lower loop until you reach the ski binding, then tighten the upper compression loop to fix the ski firmly **(2)**.

Tip: Skis are most secure if they are tied together at the top. This prevents them from swinging back and forth. You can do this with an extra piece of cord or strap.

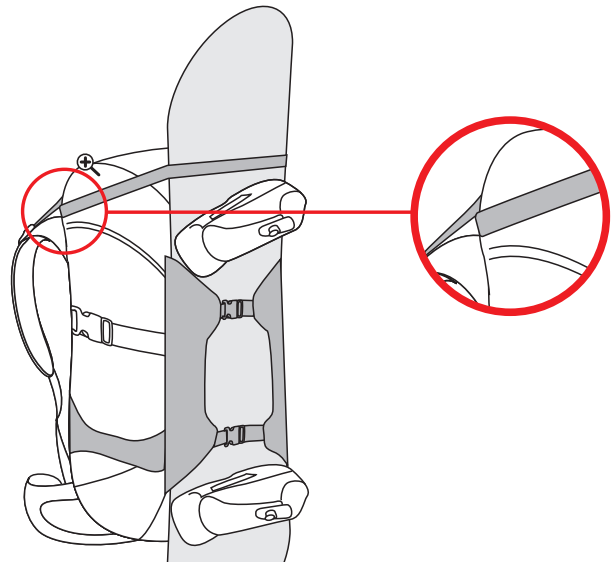
## WINTER FEATURES – SAFETY POCKET

Safety Pocket: Probe and shovel are safely stored and also quickly accessed at the front of the backpack. Inside the pocket, elastic drawcord attachment secures the shovel handle and probe to keep them from bumping around.

## WINTER FEATURES – SNOWBOARD ATTACHMENT

Snowboard attachment straps

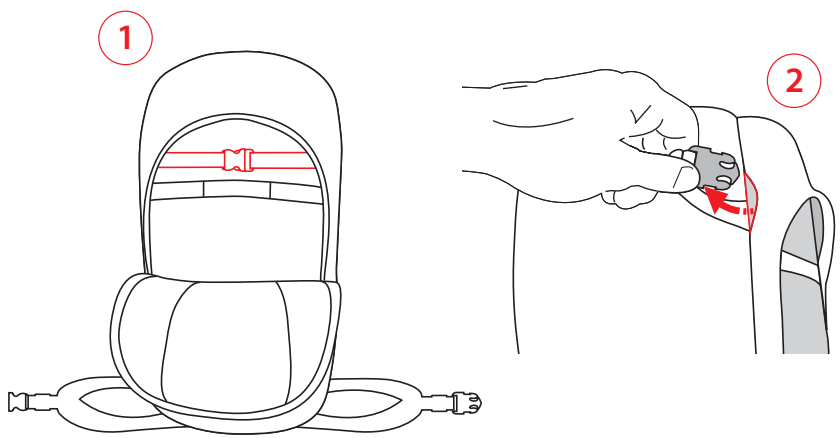
Open the straps at the front of the pack and lay the snowboard, with the bottom side facing the pack, onto the backpack. Fasten the straps again and tighten until secure. The upper strap should be just under the binding to prevent the snowboard from sliding down.

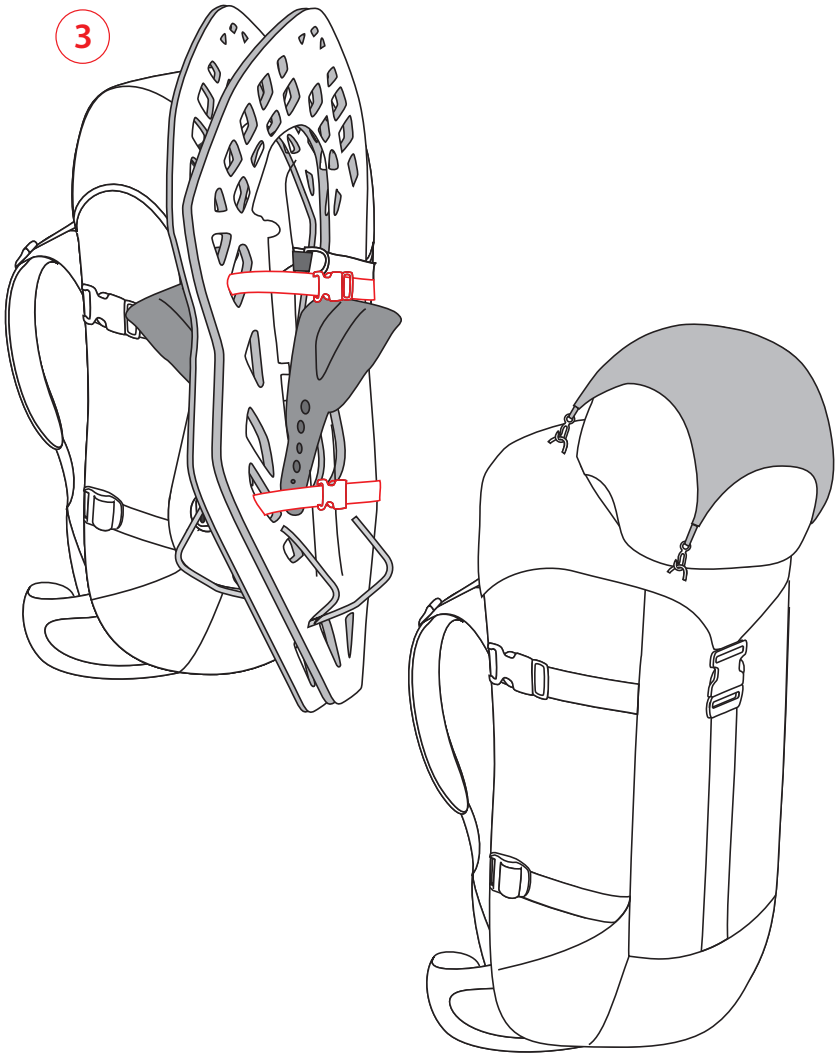


**Tip:** For more legroom on ascents, we recommend using an additional webbing strap to pull the upper part of the snowboard slightly forward. Thread the strap through the load adjusters **(1)** above the shoulder straps, wrap it around the snowboard and then tighten it.

## WINTER FEATURES – SNOWSHOE ATTACHMENT

In order to transport snowshoes, open the front pocket **(1)** and pull out the carrying straps through the side opening of the pocket **(2)**. Close the front pocket again, lay the snowshoes (as depicted) against the backpack,






thread the straps through the snowshoes and then fasten the buckle **(3)**.

## WINTER FEATURES – HELMET HOLDER

Winter backpacks have a detachable helmet holder. The main compartment remains easily accessible even with the helmet attached.

Hook the helmet holder into the grommets at the front or on the lid of the backpack. Slip the helmet underneath and then tighten the straps.

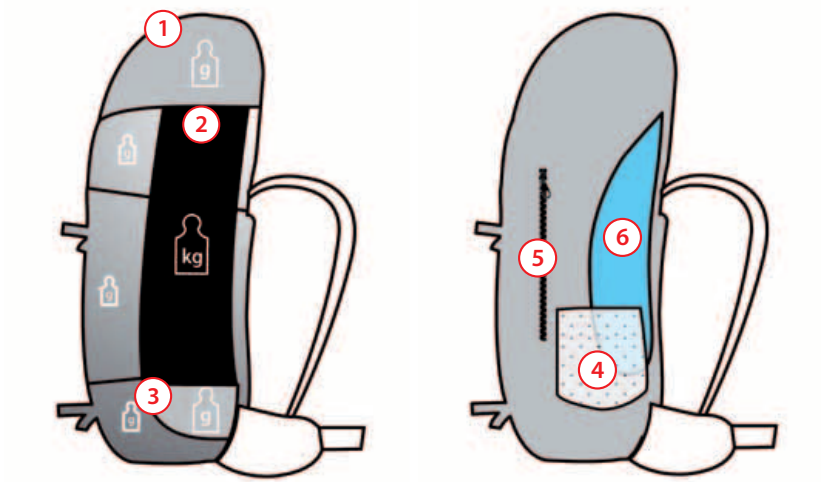
## INHALT

Réglages de base ..... 21
Comment remplir votre sac à dos ..... 21
Réglage et ajustage ..... 23
Système de réglage de la longueur des bretelles
F.L.A.S.H. NT ..... 24
Détails des sacs à dos Mountain..... 25
Ceinture ventrale ..... 25
Rabat – Porte-cordes ..... 26
Rabat – plus de place grâce
à un rabat réglable en hauteur..... 26
Compartiment principal –
accès latéral grâce à une fermeture éclair ..... 26
Outils & Co. – porte-piolet ..... 27
Outils & Co. – porte-matériel..... 27
Outils & Co. – poche pour les crampons ..... 28
Outils & Co. – fixation latérale pour les skis ..... 28
Spécial hiver – compartiment de sécurité ..... 28
Spécial hiver – fixation pour le snowboard..... 29
Spécial hiver – fixation pour les raquettes..... 30
Spécial hiver – porte-casque ..... 30

## RÉGLAGE DE BASE

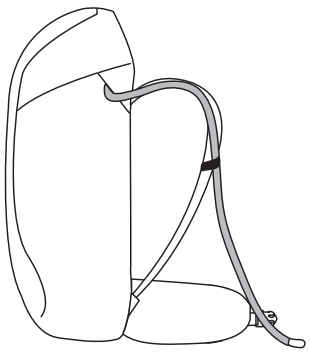
### COMMENT REMPLIR VOTRE SAC À DOS

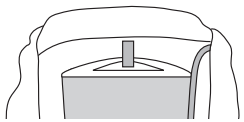
Une règle de base consiste à maintenir le centre de gravité de la charge au dessus du centre de gravité du corps. Les objets lourds doivent donc être rangés le plus près du dos possible.




1. **Le compartiment dans le rabat :** petits objets légers tels que par exemple le portable, le GPS, la boussole.
2. **Le compartiment principal :** répartissez les choses légères, telles que par ex. les vêtements au fond, en haut et sur les côtés  Les objets lourds tels que

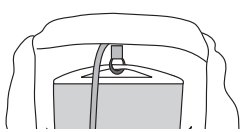
Sortie pour tuyau
dans le rabat





Fixation pour le
réservoir : velcro

Sortie pour tuyau
dans la fermeture éclair



Fixation pour le
réservoir : crochet

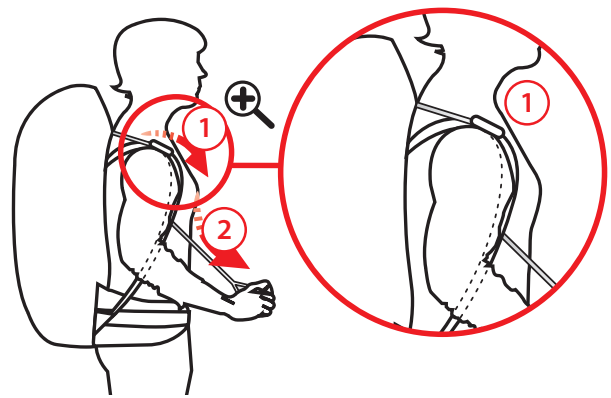
par ex. l'équipement d'escalade (mousquetons, coinceurs, les broches à glace Express), la tente, les provisions et l'eau, doivent être placés au milieu du sac à dos et près du dos.

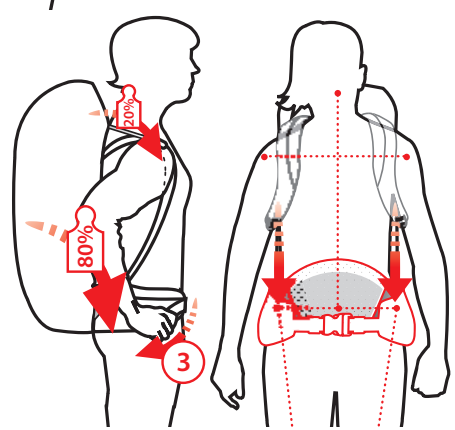
3. **Le compartiment du fond :** il accueille les objets légers et volumineux qui n'ont pas de place dans le compartiment principal (sac de couchage, sac pour le linge).
4. **Les poches extérieures et en filet :** permettent de ranger les petites choses (veste imperméable, bonnet, mouchoirs, gants, etc). Veillez à charger les différentes poches de manière équilibrée.
5. **Le compartiment pour la carte :** compartiment plat à l'extérieur qui permet de garder les cartes ou guides de randonnée à portée de main.
6. **Le système d'hydratation :** ce compartiment est toujours situé près du dos afin de ne pas déplacer le centre de gravité loin du corps. Pour les sacs à dos avec rabat, la sortie du système d'hydratation se trouve sur le côté en dessous du rabat. Pour les sacs à dos avec fermeture éclair, l'ouverture se trouve au dessus des bretelles.

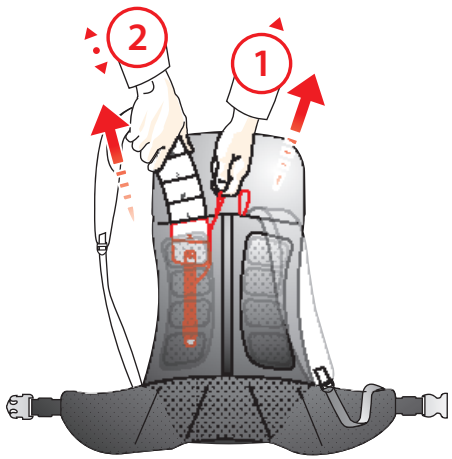
## RÉGLAGE ET AJUSTAGE

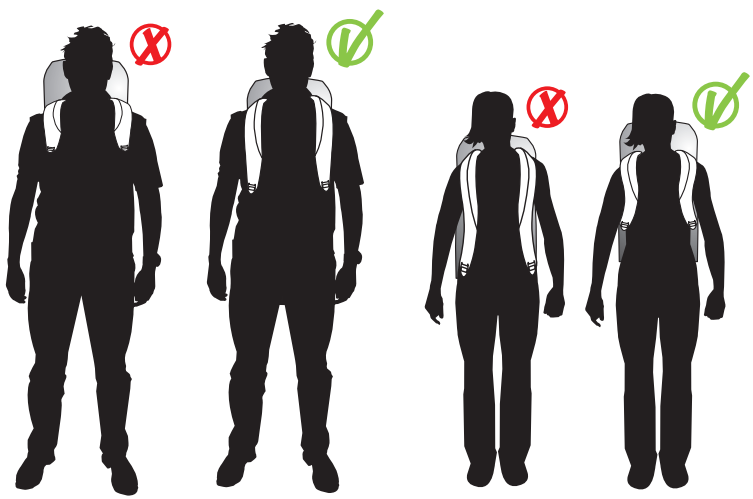
Pour ajuster votre sac à dos, endossez-le une fois chargé et procédez comme suit :

1. Ajustez les bretelles et les sangles de rappel de charge **(1 et 2)** en tirant dessus. Les sangles de rappel de charge et les clips doivent être positionnés entre la clavicule et la hauteur de l'épaule. C'est le milieu de la bretelle rembourrée qui doit reposer sur l'épaule. Si cela n'est pas le cas, il suffit d'ajuster la longueur des bretelles.
2. Pour ajuster la ceinture ventrale, fermez et serrez-la **(3)** en haussant les épaules. La ceinture doit être positionnée sur la crête iliaque. Environs 80% de la charge doit reposer sur les hanches.
3. Détendez les bretelles jusqu'à ce que vous sentiez que la totalité du poids repose sur les hanches. Ensuite resserrez légèrement les bretelles afin de stabiliser le haut du sac à dos sur les épaules.
4. Tendez les sangles de rappel de charge. La bretelle se décolle légèrement de l'épaule à l'arrière en déchargeant cette zone.
5. Placez ensuite la ceinture sur la poitrine dans une position confortable et fermez-la. Veillez à ce que la sangle élastique ne soit pas complément tendue lorsque vous inspirez et qu'elle n'entrave pas votre respiration.





## SYSTÈME DE RÉGLAGE DE LA LONGUEUR DES BRETELLES F.L.A.S.H. NT

La longueur et la forme du dos est différente chez chaque personne. A l'aide du système de réglage de la longueur des bretelles F.L.A.S.H. NT, le système de portage peut être parfaitement ajusté aux proportions du torse de chaque personne. Le sac à dos offre alors une tenue comme fait sur mesure.

## AJUSTAGE :

Grâce aux deux sangles rouges, le système F.L.A.S.H. NT permet d'ajuster la longueur des bretelles progressivement et facilement au dos du porteur. Les sangles de traction situées à l'endroit où sont attachées les bretelles permettent de défaire la fixation des bretelles **(1)**. En tirant sur les bretelles ou en les poussant, leur longueur peut être ajustée **(2)**. Afin de refixer la bretelle, il suffit de relâcher la sangle de traction rouge **(1)**. L'indication des trailles sur la face intérieure des bretelles facilite le repérage de la bonne longueur de bretelle. Vous trouverez les instructions pour un réglage précis

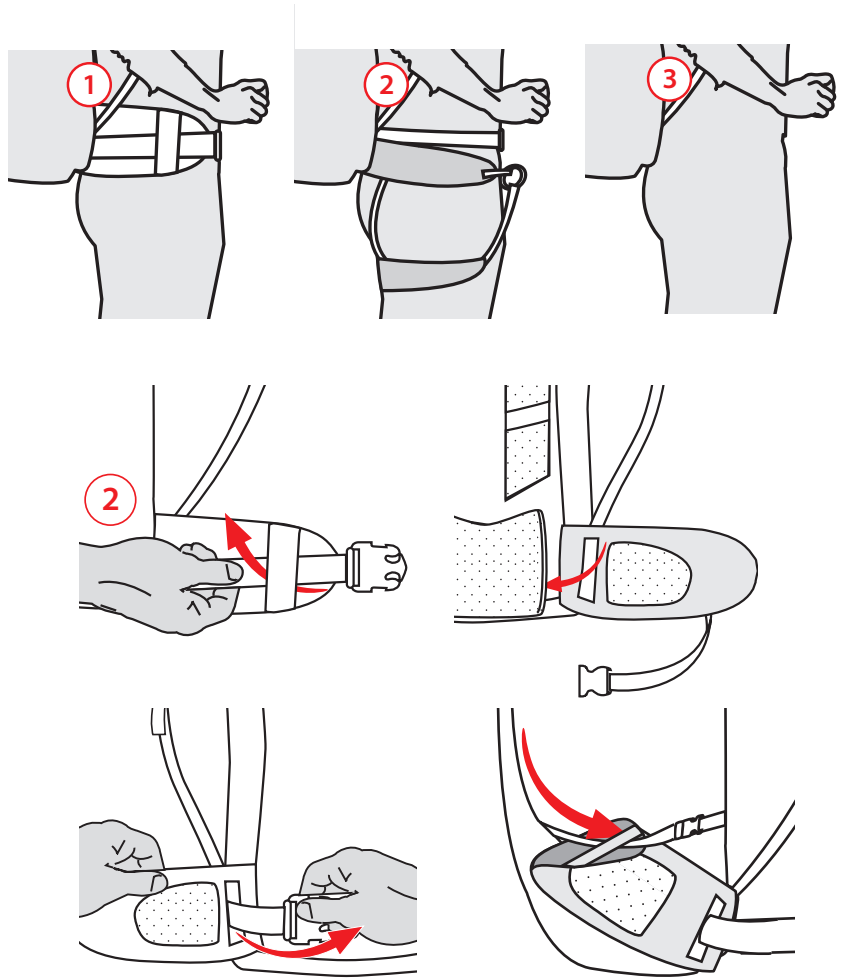
du système de portage sur notre canal youtube
www.youtube.com/vaudesport

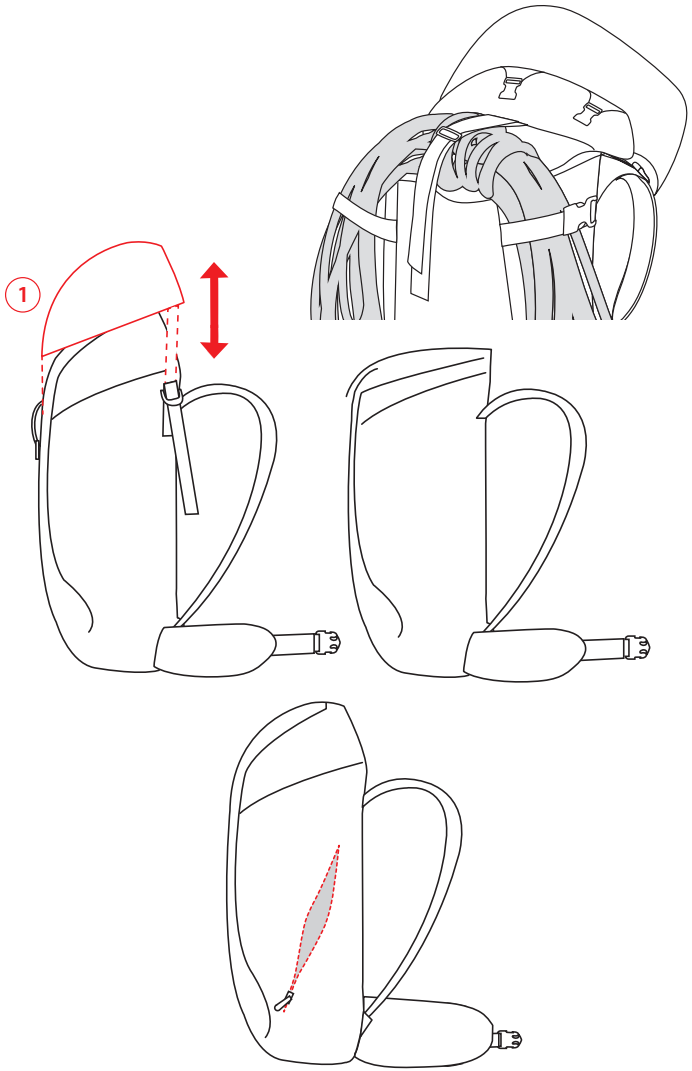
## DÉTAILS DES SACS À DOS MOUNTAIN

### CEINTURE VENTRALE

Les ceintures ventrales des sacs à dos VAUDE Mountain peuvent être parfaitement ajustées pour chaque utilisation :

1. Comme une ceinture ventrale conventionnelle avec de larges ailes confortables.
2. Avec les ailes repliées, une sangle permet d'attacher le sac à dos – particulièrement pratique lorsque vous portez un harnais (seulement pour le système dorale Anatomic Alpine). Pour porter la ceinture de cette manière, enlevez les sangles des passants sur les ailes et repliez ces dernières le long du sac à dos ou fixez-les à l'aide de la sangle de compression inférieure.
3. Sans ceinture ventrale – la ceinture ventrale peut être enlevée entièrement. Elle est attachée à l'aide d'un velcro supplémentaire dans une poche dans le dos du sac à dos. Soulevez la ceinture ventrale, puis






défaites le velcro. Vous pouvez ensuite enlever toute la ceinture ventrale.

## RABAT – PORTE-CORDES

Le dispositif porte-cordes situé sous le rabat évite que les cordes ne glissent et permet de laisser plus de place de rangement dans le compartiment principal.

## RABAT – PLUS DE PLACE GRÂCE À UN RABAT RÉGLABLE EN HAUTEUR

Il suffit de défaire les sangles du rabat pour augmenter le volume de votre sac à dos d'environs 10 kg.
Si vous avez besoin de plus de liberté de mouvement pour la tête, par ex. en escalade, vous pouvez entièrement enlever le rabat du sac à dos. Pour ce faire, il suffit d'enlever les sangles de rappel de charge **(1)** et de défaire le velcro pour enlever le rabat.

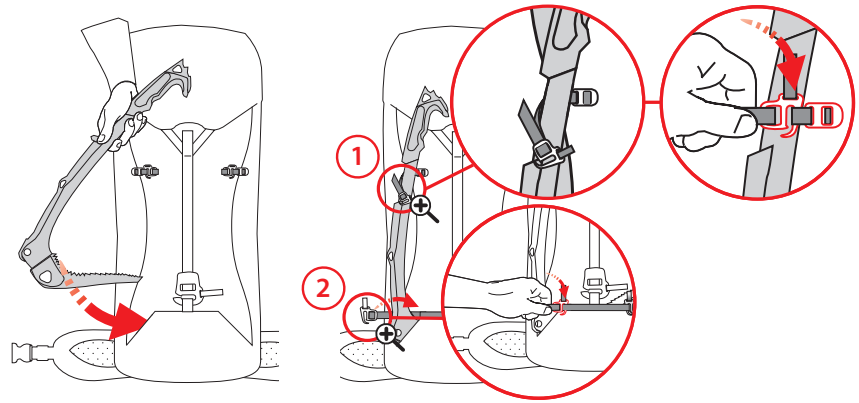
## COMPARTIMENTE PRINCIPAL – ACCÈS LATÉRALE AVEC FERMETURE ÉCLAIR

Le compartiment principal est également accessible par le côté grâce à une fermeture éclair.

## OUTILS & CO. – PORTE-PIOLET

Porte-piolet avec un compartiment de rangement pratique pour la lame.

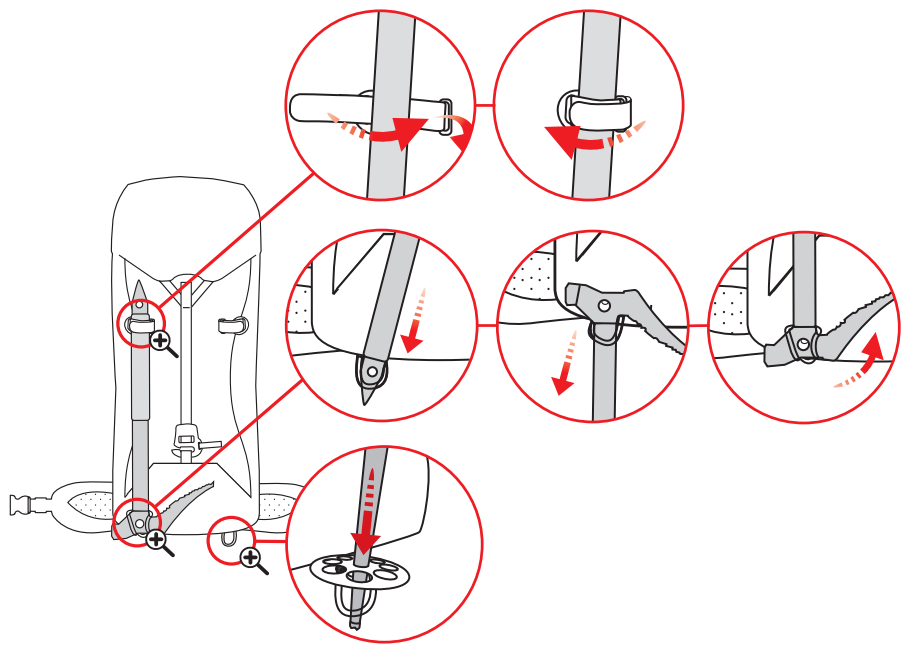
Il faut d'abord introduire la lame dans le fourreau prévu à cet effet, puis attacher la tige en haut et en bas à l'aide des sangles.

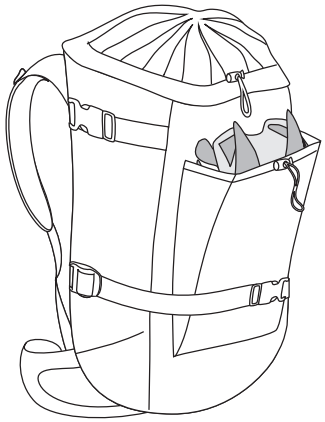


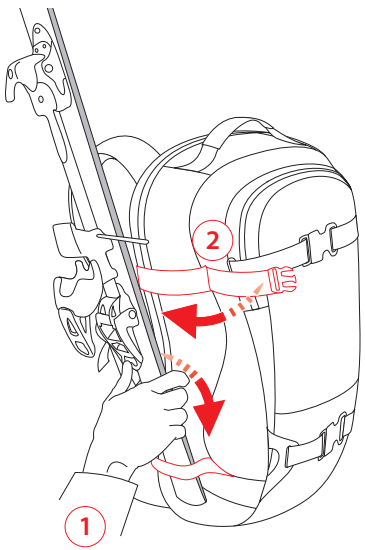

## OUTILS & CO. – PORTE MATÉRIEL

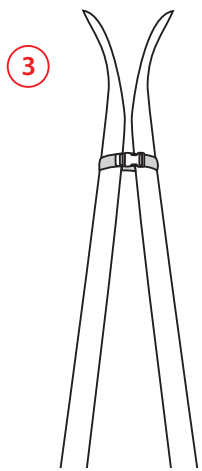
Il suffit d'introduire les bâtons télescopiques dans la lanière prévue à cet effet en bas du sac à dos.
Le haut du bâton est ensuite fixé à l'aide de la sangle ou du velcro.

Le piolet doit être introduit par la tige dans la lanière puis retourné. La tige est ensuite fixée à l'aide de la sangle ou encore du velcro.








## OUTILS & CO. – POCHE POUR LES CRAMPONS

Poche supplémentaire sur le devant du sac à dos pour ranger en toute sécurité les crampons et les peaux.

## OUTILS & CO. – FIXATION LATÉRALE POUR LES SKIS

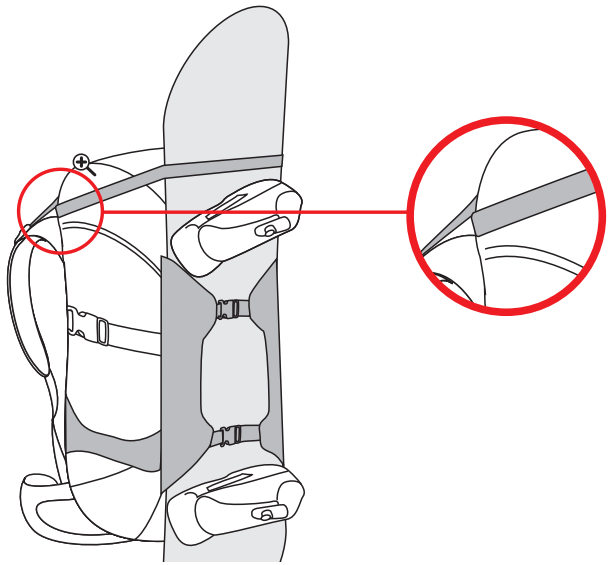
Attachez un ski de chaque côté du sac à dos **(1)**. Il faut introduire le ski dans la lanière latérale prévue à cet effet depuis le haut, coté fixation vers l'extérieur, jusqu'à ce que la fixation du talon arrête le ski. Attachez ensuite les skis grâce aux deux sangles de compression latérales **(2)**.

Afin de stabiliser les skis et d'assurer un bon équilibre, il est conseillé d'attacher ensemble les bouts des skis. Ainsi, ils tiennent mieux et ne balancent pas même pendant la marche.

## SPÉCIAL HIVER – COMPARTIMENT DE SÉCURITÉ

**Compartiment de sécurité :** la sonde et la pelle peuvent être rangées facilement dans la poche sur le devant du sac à dos et restent ainsi accessibles.

A l'intérieur de la poche, des bandes élastiques permettent de fixer la tige de la pelle et la sonde ce qui évite le cliquètement.

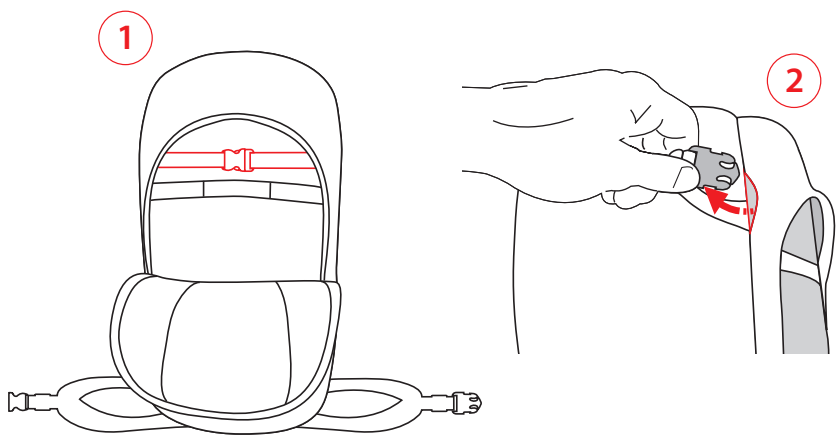


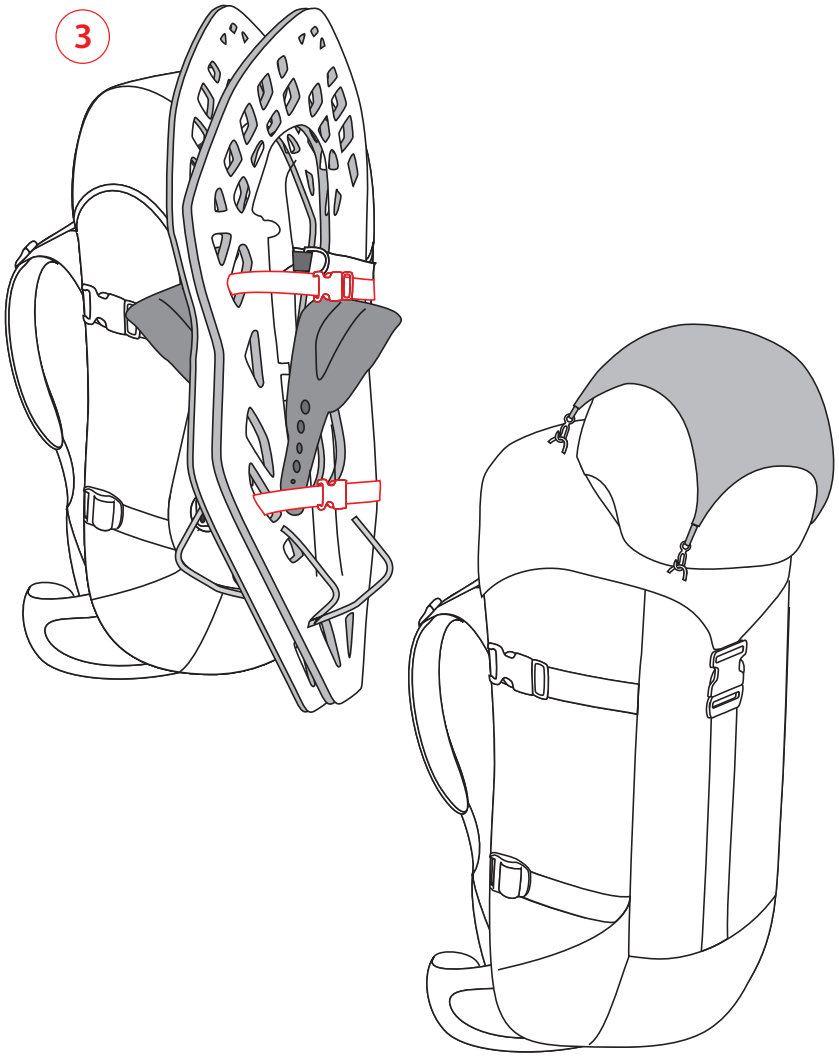
## SPÉCIAL HIVER – FIXATION POUR LE SNOWBOARD

Défaites les sangles sur le devant du sac à dos, positionnez le snowboard au milieu, fixation vers l'extérieur. Refermez les sangles et serrez-les, la sangle supérieure doit être positionnée juste en dessous de la fixation afin d'empêcher que le snowboard ne glisse vers les bas.

**Conseil:**

Pour plus de liberté de mouvement pour les jambes lors des montées, nous vous conseillons de fixer la partie supérieure du snowboard à l'aide d'une sangle supplémentaire, afin de la faire basculer un peu vers le haut. Pour ce faire, il suffit de passer la sangle par la sangle de rappel de la charge **(1)** au dessus de la bretelle afin de mieux positionner et d'attacher le snowboard.






## SPÉCIAL HIVER – FIXATION POUR LES RAQUETTES

Pour transporter les raquettes, ouvrez la poche sur le devant **(1)** et sortez les deux sangles de portage en les passant par les ouvertures sur les côtés de la poche **(2)**. Refermez la poche, positionnez les raquettes (fixation vers le haut) sur le sac à dos. Passez ensuite les sangles par le cadre des raquettes et refermez les clips **(3)**.

## SPÉCIAL HIVER – PORTE-CASQUE

Les sacs à dos d'hiver sont équipés d'un porte-casque amovible. Même lorsque le casque est attaché, le compartiment principal reste entièrement accessible. Le porte-casque doit être attaché à l'aide des œillets sur le devant ou le rabat du sac à dos. Passez le casque et fixez-le à l'aide du cordon.

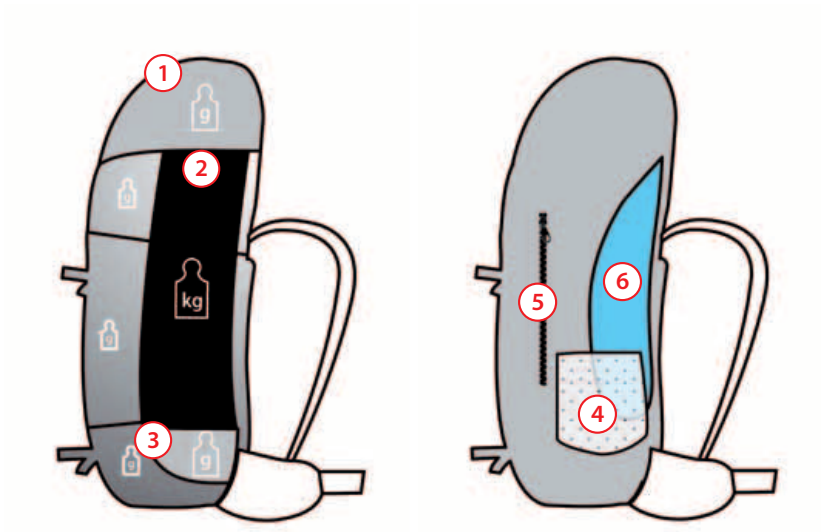
## INDICE

Regolazione generale ..... 31
Riempire correttamene lo zaino..... 31
Regolazione..... 33
Regolazione della lunghezza degli spallacci
con F.L.A.S.H. NT ..... 34
Zaini Mountain –Features ..... 35
Cinturone a vita ..... 35
Patella dello zaino – Portacorda ..... 36
Patella dello zaino –Ampiavolume con
altezza regolabile della patella ..... 36
Scomparto principale – Accesso da zip ..... 36
Attrezzatura & Co. –
Tanto spazio per gli attrezzi da ghiaccio ..... 37
Attrezzi & Co. – Portattrezzi ..... 37
Attrezzi & Co. – Scomparto per ramponi ..... 37
Attrezzi & Co. – Portascì laterale ..... 38
Winter specials – Scomparto Safety ..... 38
Winter specials - Portasnowboard ..... 39
Winter specials – Porta racchette da neve ..... 39
Winter specials – Portacasco ..... 40

## REGOLAZIONE GENERALE

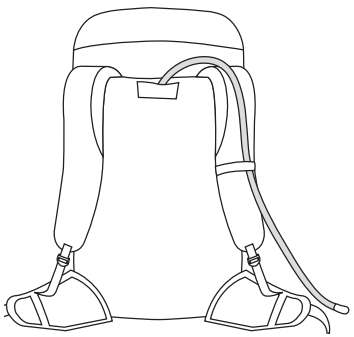
### RIEMPIRE CORRETTAMENE LO ZAINO

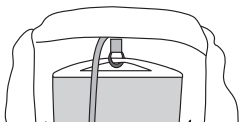
In genere il baricentro del peso dovrebbe essere sopra quello del corpo. Per questo gli oggetti pesanti dovrebbero essere vicini alla schiena.




1. **Patella:** piccoli oggetti che siano leggeri come ad es. cellulare, GPS, bussola.
2. **Scomparto principale:** sotto, sopra e sui lati bisognerebbe mettere gli oggetti più leggeri come

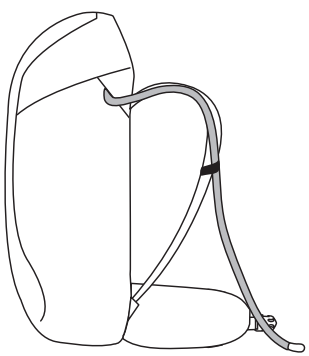
Uscita tubicino d'idratazione.
Apertura con zip

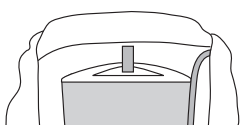




Fissaggio della sacca: con gancio

Uscita tubicino d'idratazione.
Apertura della patella





Fissaggio della sacca: a velcro

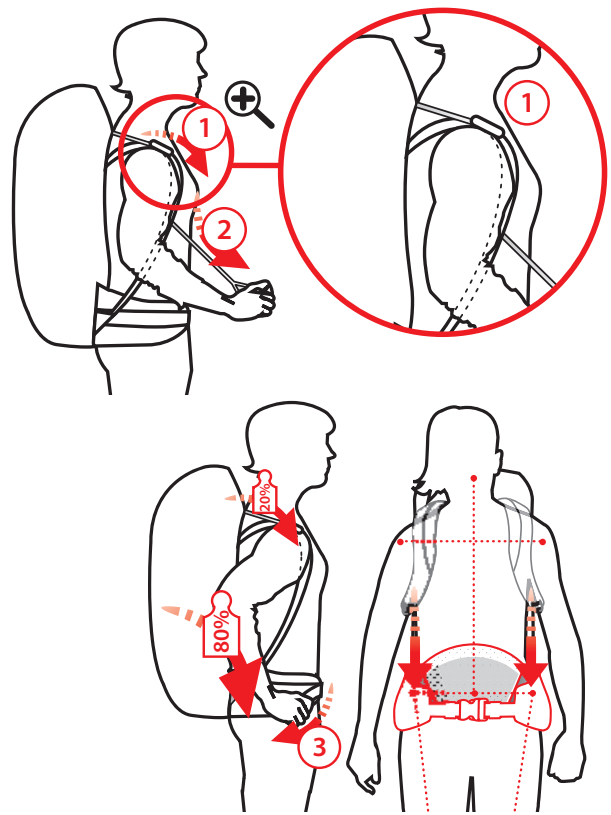
ad es. l'abbigliamento. Al centro e vicino alla schiena vanno messi gli oggetti più pesanti, come l'attrezzatura da arrampicata (moschettoni, chiodi, express), tenda, cibo o acqua.

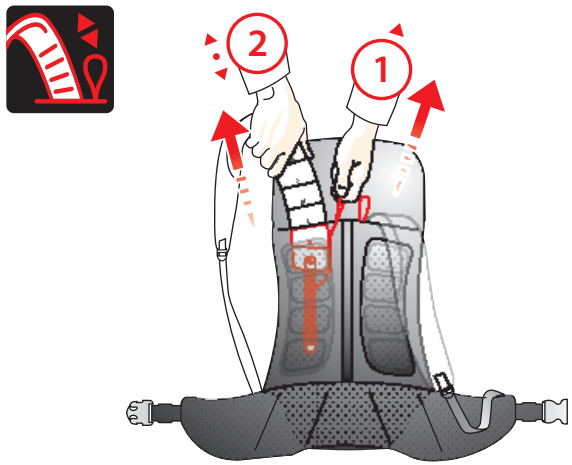
3. **Fondo:** Possono essere riposti oggetti leggeri e voluminosi, che prendono troppo spazio nello scomparto principale (zaino, sacco per biancheria).
4. **Tasche esterne e tasche a rete:** spazio per riporre piccoli oggetti (giacca impermeabile, berretto, fazzoletti, guanti ecc.). Le tasche dovrebbero avere all'incirca lo stesso carico.
5. **Portacartina:** tasca esterna piatta per veloce accesso a cartine, guida per arrampicata o escursionismo.
6. **Sistema di idratazione:** lo scomparto è sempre vicino alla schiena per non influenzare negativamente il baricentro del corpo. Negli zaini con patella, il foro del tubicino d'idratazione è al lato, sotto l'apertura della patella. Negli zaini con zip è sopra le bretelle del sacco.

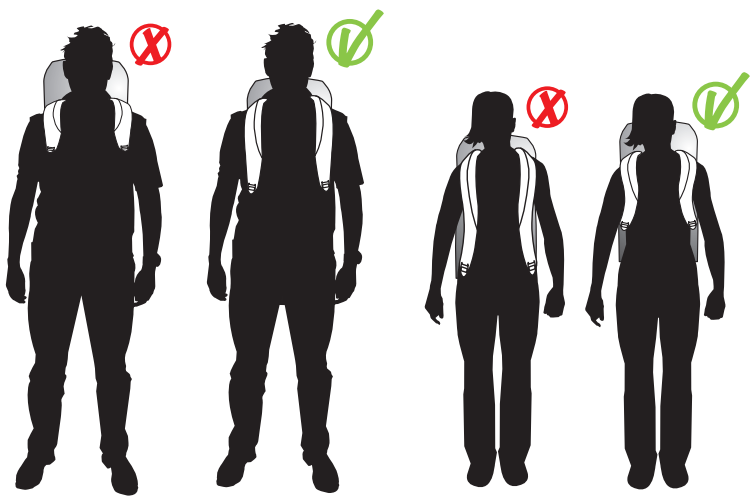
## REGOLAZIONE

Per regolare lo zaino caricato procedere come segue:

1. Tirare leggermente gli spallacci e il nastro di posizionamento del carico **(1 e 2)**. Le fibbie a scatto e le corde di posizionamento del carico dovrebbero essere tra clavicola e altezza delle spalle. Il centro dell'imbottitura dello spallaccio dovrebbe essere sulle spalle; se così non fosse, bisogna regolare la lunghezza degli spallacci.
2. Chiudere e tirare il cinturone a vita con le spalle sollevate **(3)**. Il cinturone a vita si deve trovare sull'angolo superiore dell'osso del bacino. Circa l'80% del peso dovrebbe essere portato sui fianchi.
3. Allentare gli spallacci fino a che l'intero peso carica sul bacino. Poi tirare leggermente gli spallacci in modo che lo zaino venga stabilizzato nel settore delle spalle.
4. Tirare bene le cinghiette di posizionamento del carico: gli spallacci si sollevano nella parte posteriore dalle spalle e sgravano questa parte del corpo.
5. Infine spostare e chiudere a altezza corretta la cinghia pettorale. Fare attenzione che l'elastico flessibile non sia completamente tirato quando s'inspira, impedendo di respirare.





## REGOLAZIONE DELLA LUNGHEZZA DEGLI SPALLACI CON F.L.A.S.H. NT

Ognuno ha una lunghezza della schiena ed una forma diversa, ma grazie alla regolazione della lunghezza degli spallacci F.L.A.S.H. NT si può adattare perfettamente lo zaino alle proporzioni del proprio corpo. Lo zaino si appoggia come tagliato su misura.

## REGOLAZIONE:

Grazie a due cordicine, la lunghezza degli spallacci F.L.A.S.H. NT può essere adattata alla lunghezza della persona in modo veloce, senza gradini e comodamente. Grazie alla cordicina rossa da tirare nel punto in cui esce, si scioglie il bloccaggio dello spallaccio **(1)**. Si può regolarne la lunghezza **(2)** tirandolo o spingendolo all'interno. Per bloccare nuovamente lo spallaccio, basta lasciare nuovamente la cordicina rossa **(1)**. Se si fa un segno sullo spallaccio interno, aiuta ad individuare la lunghezza giusta degli spallacci.

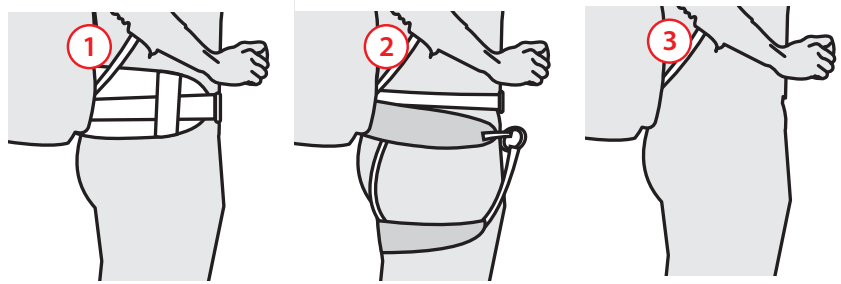
Indicazioni sulla corretta regolazione degli spallacci su Youtube Channel www.youtube.com/vaudesport

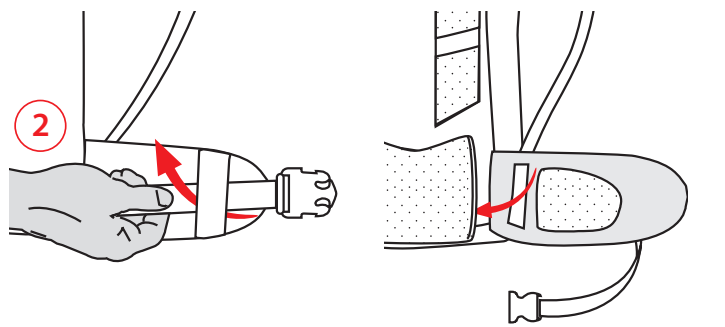
## ZAINI MOUNTAIN -FEATURES

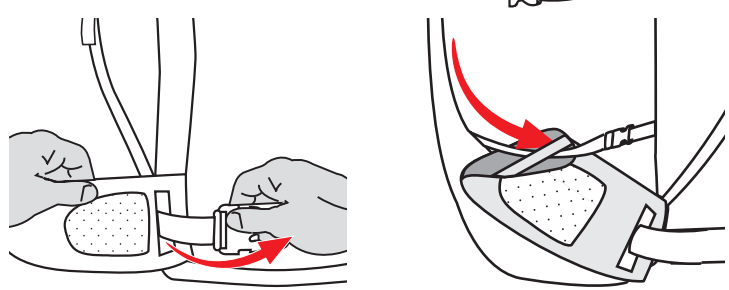
### CINTURONE A VITA

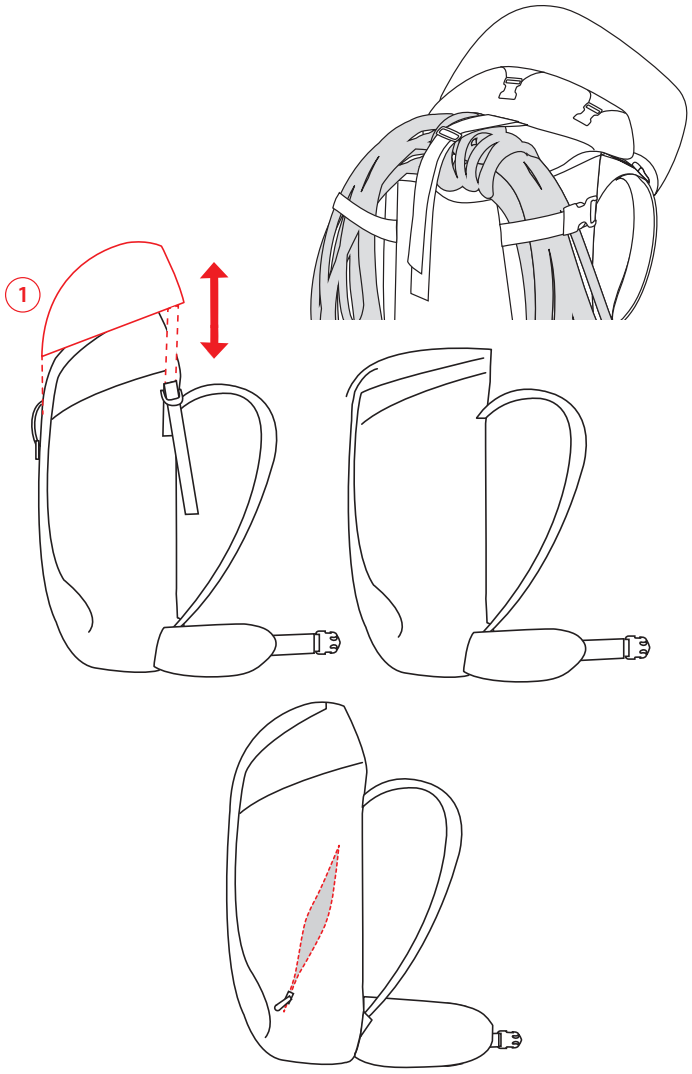
I cinturoni a vita degli zaini VAUDE Mountain possono essere adattati in modo ideale secondo l'uso:

1. come tradizionale marsupio con ampie e comode alette laterali.
2. Con alette chiuse, un nastro fissa lo zaino – particolarmente pratico se si porta un'imbragatura (solo con sistemi dorsali Anatomic Alpine).
   Sfilare il nastro dalle alette, piegare le alette verso l'interno dello zaino, verso il dorso dello zaino, oppure fissare con l'aiuto della cinghia di compressione inferiore.
3. Senza fascia ventrale – la fascia può essere completamente staccata. La fascia è fissata con un velcro aggiuntivo nella sacca posteriore dello zaino. Prima alzare la cinghia ventrale, e staccare il velcro, poi tirare completamente la cinghia dallo scomparto.






## PATELLA DELLO ZAINO – PORTACORDA

Il fissaggio della corda sotto la patella impedisce alla corda di scivolare sotto la patella e permette di avere uno spazio maggiore nello scomparto principale.

## PATELLA DELLO ZAINO – AMPIAVOLUME CON ALTEZZA REGOLABILE DELLA PATELLA

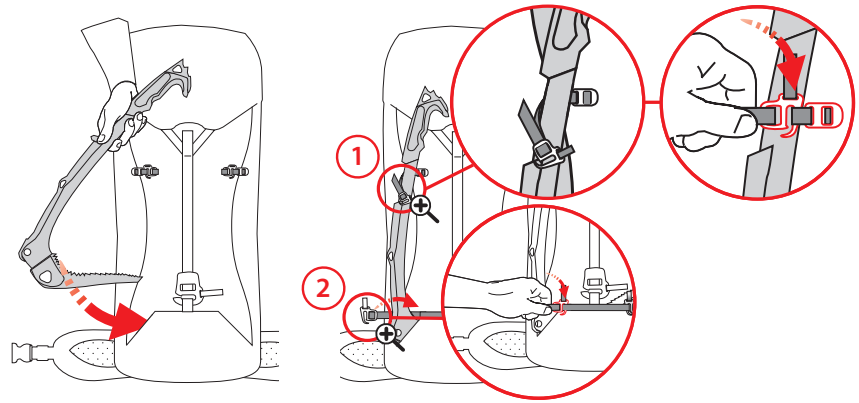
Tirando le cordicine, il volume aumenta di circa 10 litri. Per garantire una maggiore libertà della testa ad es. quando si arrampica, la patella può essere completamente staccata. Basta sfilare il posizionamento del carico **(1)**, e poi staccare la patella dal velcro.

## SCOMPARTO PRINCIPALE – ACCESSO DA ZIP

Si può accedere allo scomparto principale attraverso la zip laterale.

## ATTREZZATURA & CO. – TANTO SPAZIO PER GLI ATTREZZI DA GHIACCIO

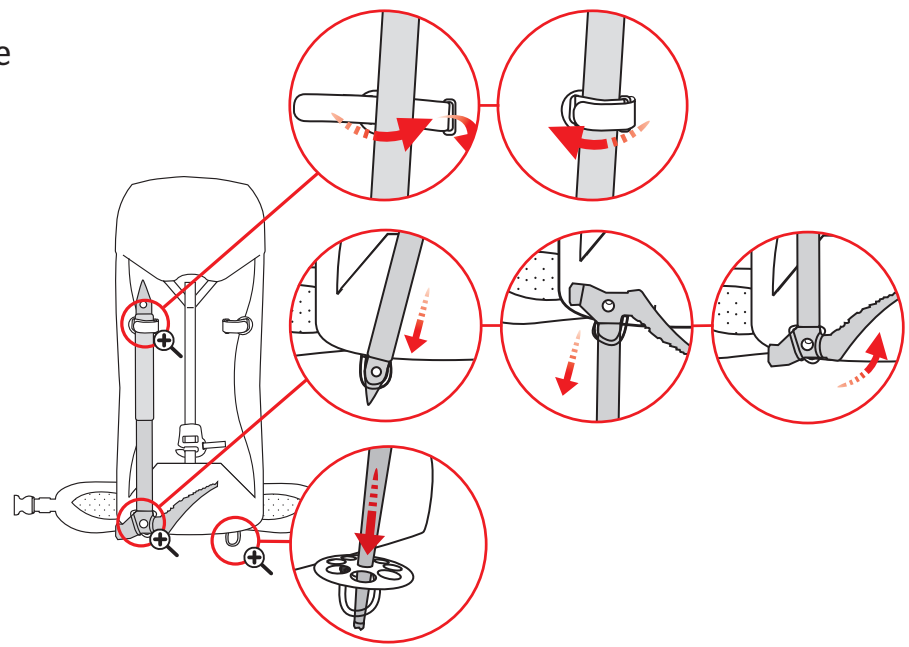
Attrezzi da ghiaccio e piccozza con pratico scomparto per la becca.
L'attrezzo dapprima viene infilato nella tasca prevista con la becca, poi si fissa il manico sopra e sotto con dei lacci o clips.




## ATTREZZI & CO. – PORTATTREZZI

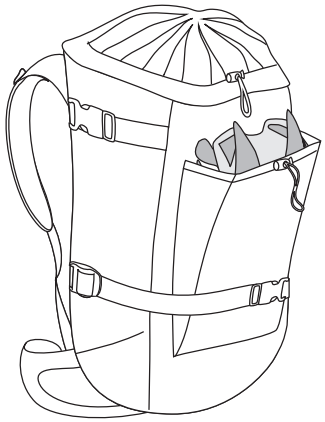
I bastoncini telescopici vengono infilati nelle cinghiette previste nella parte inferiore dello zaino. Infine fissare il manico nella parte superiore con fascetta o velcro.

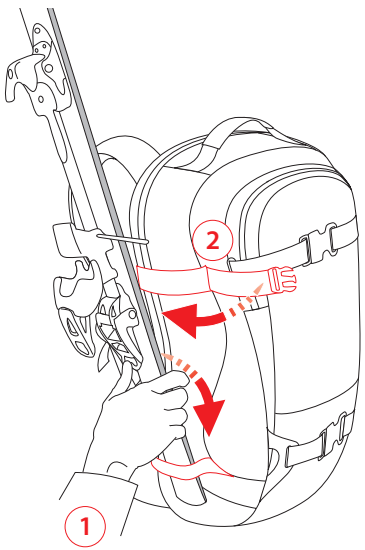
Gli attrezzi da ghiaccio vengono infilati dall'alto attraverso la cinghietta, con la becca verso il basso e poi vengono girati. Successivamente il manico viene fissato con il nastro o il velcro.

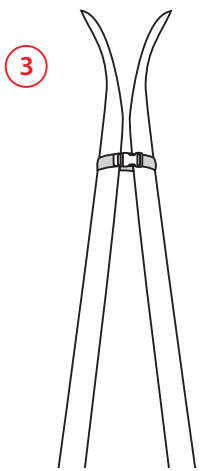


## ATTREZZI & CO. – SCOMPARTO PER RAMPONI

Tasca aggiuntiva sulla parte anteriore, per il carico sicuro di ramponi e pelli.






## ATTREZZI & CO. – PORTASCÌ LATERALE

**Fissaggio laterale degli sci**

Bisogna sempre mettere uno sci a destra ed uno a sinistra **(1)**, infilando lo sci con l'attacco verso l'esterno dall'alto della cinghia laterale fino a che l'attacco posteriore automatico/alzatacco si appoggia sul nastro. Fissare gli sci, tirando le cinghie di compressione laterali **(2)**.

Per stabilizzare gli sci si suggerisce di unire le punte con una fascetta. Così saranno più stabili sul lato e non oscilleranno.

## WINTER SPECIALS – SCOMPARTO SAFETY

Scomparto Safety:  sonda e paletta sono ben caricate e facilmente raggiungibili dalla parte anteriore dello zaino. All'interno dello scomparto degli elastici tengono ben fissi sonda e manico della paletta e riducono il fastidioso sbattere.

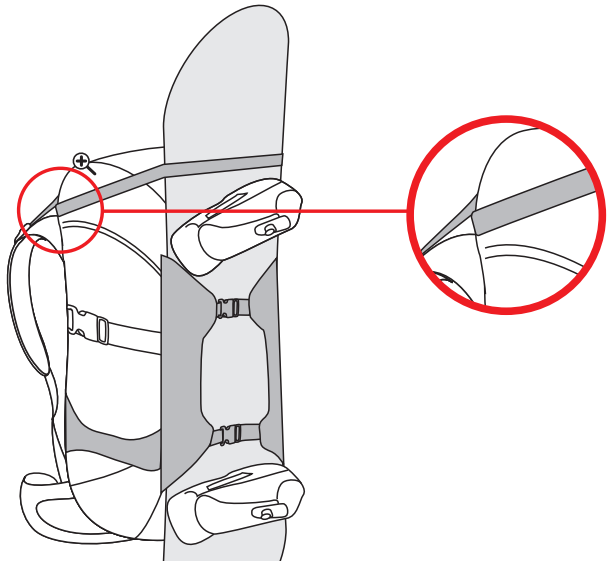
## WINTER SPECIALS - PORTASNOWBOARD

**Cinghie di fissaggio per Snowboard**

Aprire le cinghiette sulla parte anteriore dello zaino, infilare lo Snowboard al centro, con la parte della soletta rivolta verso lo zaino. Poi chiudere la cinghietta e tirare bene; la cinghietta più in alto dovrebbe essere appena sotto gli attacchi per evitare che gli snowboard scivolino.

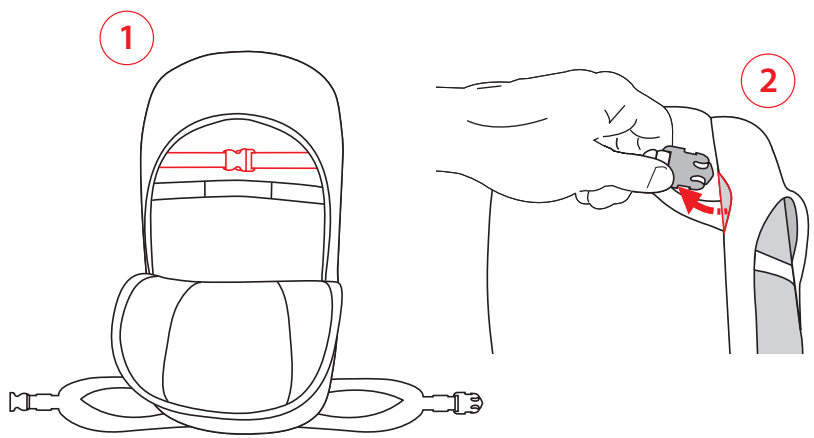
**Suggerimento:**

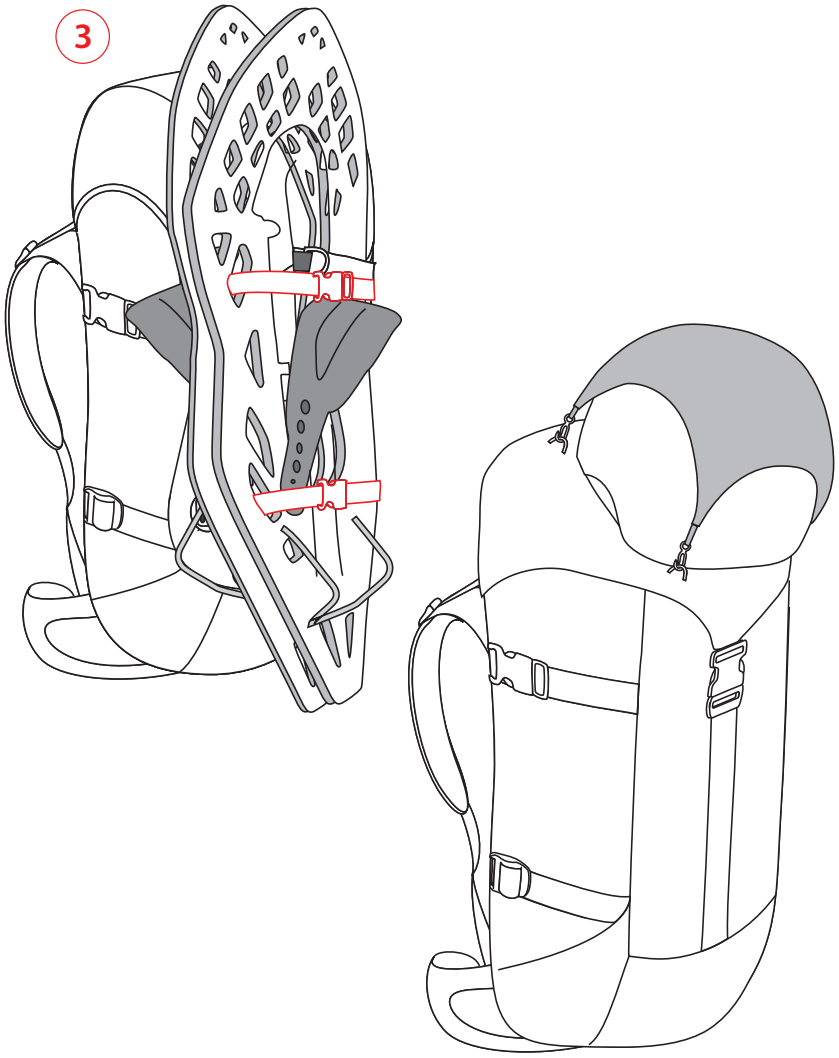
Per una maggiore libertà delle gambe, nella salita si suggerisce di tirare un po' in avanti la parte superiore dello snowboard con un nastro gros-grain aggiuntivo. Infilare il nastro sopra gli spallacci (1), avvolgere e tirare lo snowboard.



## WINTER SPECIALS – PORTA RACCHETTE DA NEVE

Per trasportare le racchette da neve, aprire la tasca anteriore **(1)** e staccare i due nastri con fibbia facendoli passare attraverso le aperture laterali dello scomparto **(2)**. Chiudere nuovamente la tasca anteriore, mettere le racchette sullo zaino (lato inferiore su lato inferio-






re), Far passare i nastri attraverso le racchette da neve e poi chiudere **(3)**.

## WINTER SPECIALS – PORTACASCO

Negli zaini invernali vi è anche un portacasco staccabile. Anche con il casco fissato si può accedere facilmente allo scomparto principale.

Agganciare il portacasco alle asole sulla parte anteriore o la patella dello zaino. Infilare il casco e fissare tirando la cordicina.

## ÍNDICE

Ajustes generales ..... 41
Cómo llenar la mochila correctamente ..... 41
Ajustes y acomodación ..... 43
Ajuste de longitud de soporte F.L.A.S.H. NT ..... 44
Caracteristicas de la Mochila Mountain ..... 45
Banda de cintura ..... 45
Cubierta – Sujeción de cordajes ..... 46
Cubierta – Ampliación del volumen
por medio de altura de cubierta variable ..... 46
Compartimento principal –
Acceso mediante cremallera ..... 47

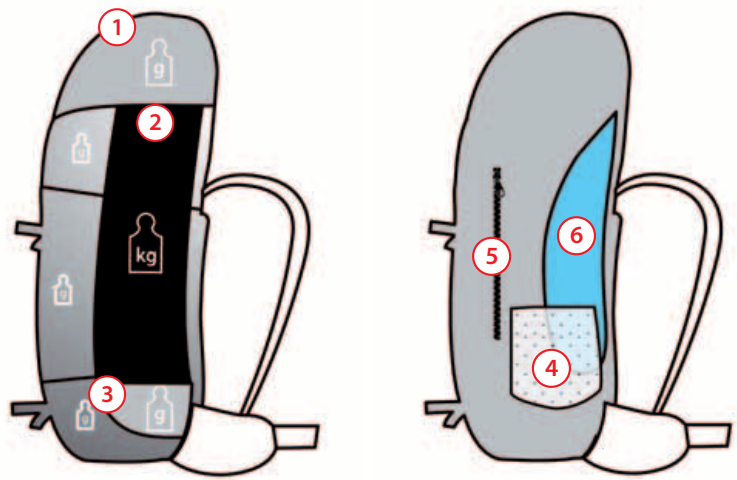
Portautensilios & Co.
– Compartimentos para portar equipos de esquí .... 47
– Sujeción de utensilios ..... 47
– Compartimento para crampones ..... 48
– Sujeción lateral de esquíes ..... 48

Especial para invierno
– Compartimento de seguridad ..... 49
– Sujeción de tabla de snowboard ..... 49
– Sujeción de raquetas de nieve ..... 50
– Sujeción de casco ..... 51

## AJUSTES GENERALES

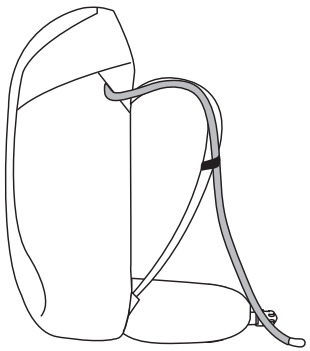
## CÓMO LLENAR LA MOCHILA CORRECTAMENTE

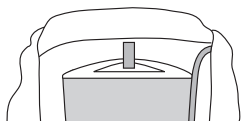
Por regla general, el centro de gravedad de la carga deberá estar situado por encima del centro de gravedad del cuerpo. Por tal razón, para portar objetos pesados se recomienda situarlos lo más cerca posible de la espalda.




1. **Compartimento de cubierta:** para objetos pequeños y ligeros, por ejemplo, teléfonos móviles, GPS y brújulas.
2. **Compartimento principal:** En las partes inferior, superior y laterales deberán ser depositados ob-

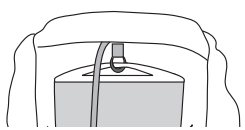
Salida del tubo en mochilas con cubierta





Sujeción del depósito de agua: Velcro

Salida del tubo en mochilas con apertura de cremallera



Sujeción del depósito de agua: Gancho

jetos ligeros, como por ejemplo ropa. Los objetos más pesados deberán ser depositados en la parte central, así como cerca de la espalda, como por ejemplo equipamiento para escalar (mosquetones, cuñas, anillos de sujeción), tiendas de campaña, latas de conservas o reservas de agua.

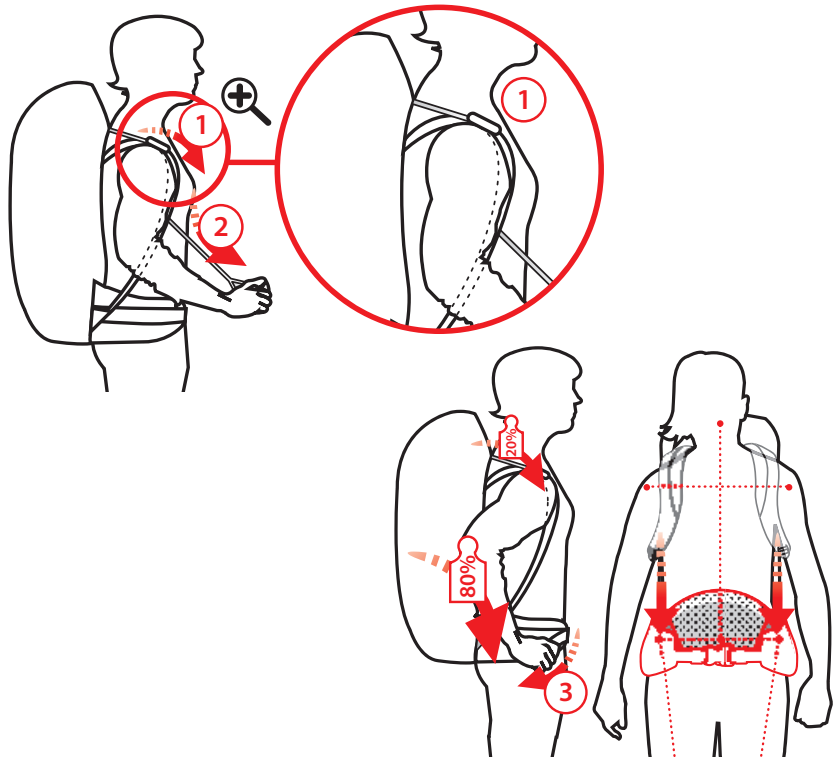
3. **Compartimento de fondo:** Aquí podrá depositar objetos ligeros y voluminosos que de lo contrario ocuparían demasiado espacio en el compartimento principal (saco de dormir, saco para ropa).
4. **Bolsas exteriores y redes:** Espacio disponible para objetos pequeños (chubasqueros, gorros, guantes, pañuelos, etc.). Intente repartir la carga por igual entre las diferentes bolsas.
5. C**ompartimento para documentos:** Compartimento exterior plano para acceder rápidamente a mapas y guías de viaje o escalada.
6. **Sistema de hidratación:** El compartimento para el agua se encuentra situado siempre lo más cercano posible a la espalda con el fin de que no perjudique el punto de equilibrio. En las mochilas con cubierta, la salida del tubo estará situada en la parte lateral

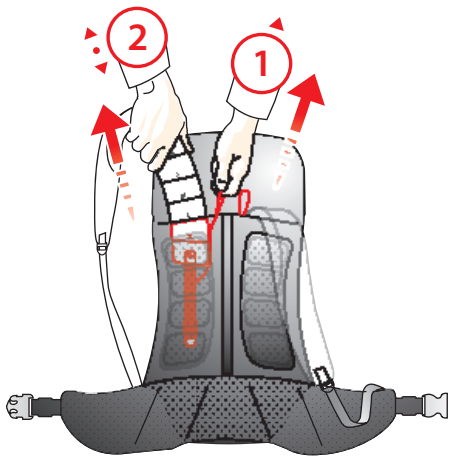
bajo la zona de apertura de la cubierta. En las mochilas con apertura de cremallera, la salida del tubo se encontrará por encima del soporte de la mochila.

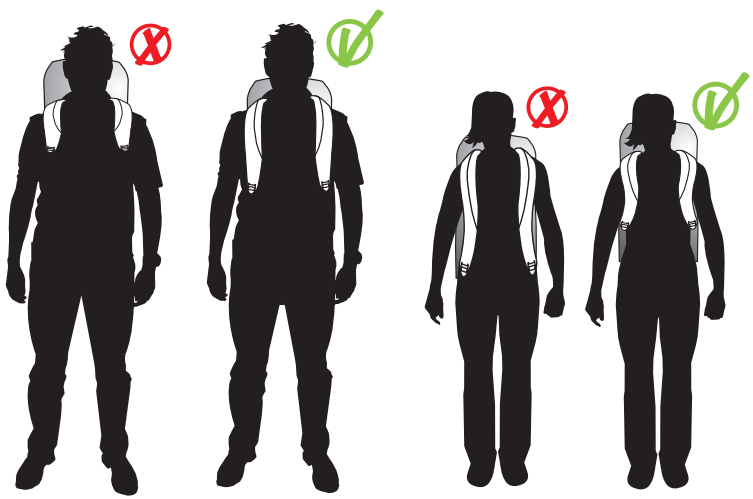
## AJUSTES Y ACOMODACIÓN

Para montar la mochila sáquela del paquete y proceda según se describe a continuación:

1. Atraiga hacia sí levemente las correas de transporte y de posicionamiento de carga **(1 y 2)**. Las hebillas y correas de posicionamiento de carga deberán estar entre la clavícula y la altura de hombros adecuada. La zona media de la correa de hombro acolchada deberá quedar sobre el hombro. En caso contrario, la longitud de la correa deberá adaptarse.
2. Apriete y cierre la banda de cintura con los hombros en posición alzada **(3)**. La banda de cintura deberá estar situada sobre el borde de la pelvis. Aproximadamente el 80% de la carga deberá ser soportada por la parte de la cintura.
3. Afloje las correas de hombro hasta sentir el peso real sobre la cintura. A continuación, atraer de nuevo la correa de hombro para estabilizar la mochila sobre los hombros correctamente.
4. Tense las correas de posicionamiento de carga. El soporte se alzará en la parte trasera de los hombros liberándola así.
5. Compruebe por última vez que la correa le queda ajustada al pecho en una posición agradable y ciér-





rela. Preste atención a que la correa no oprima demasiado con el fin de evitar que perjudique la respiración del portador.

## AJUSTE DE LONGITUD DE SOPORTE F.L.A.S.H. NT

Toda persona tiene una forma y longitud de espalda diferente; con ayuda del ajuste de longitud de soporte F.L.A.S.H. NT podrá adaptar la mochila a su espalda de manera óptima. La mochila le quedará entonces como hecha a medida.

**Ajuste:** Usando dos lazos rojos de tensión, con F.L.A.S.H. NT el ajuste de la longitud de las correas de transporte a la medida corporal adecuada resultará rápido, simple y confortable. Mediante el lazo rojo de tensión junto al orificio de salida se soltará la sujeción de la correa de transporte **(1)**. De esta manera, la correa de transporte podrá ser adaptada extrayéndola o introduciéndola según la posición deseada **(2)**. Para volver a fijar la correa de transporte se deberá volver a soltar cada lazo rojo de tensión **(1)**. Las marcas de tamaño situadas en la parte interior de la correa le ayudarán a determinar la longitud adecuada.

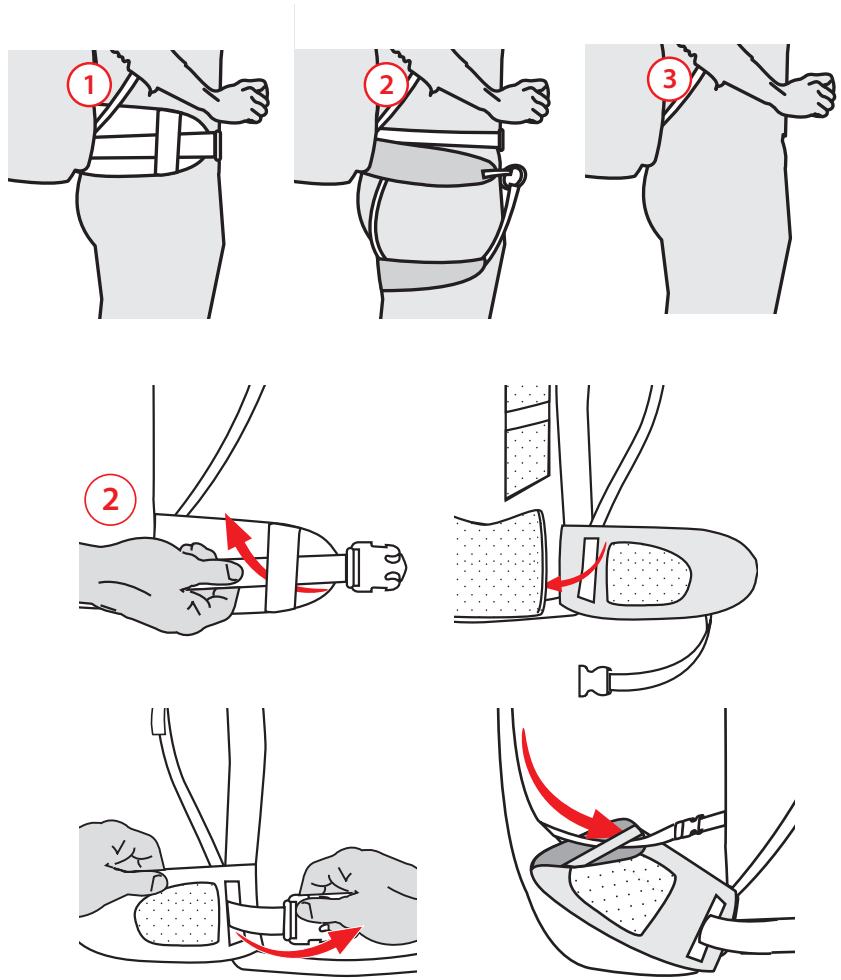
En nuestro canal de Youtube podrá encontrar indicaciones para el perfecto ajuste de la mochila:
www.youtube.com/vaudesport

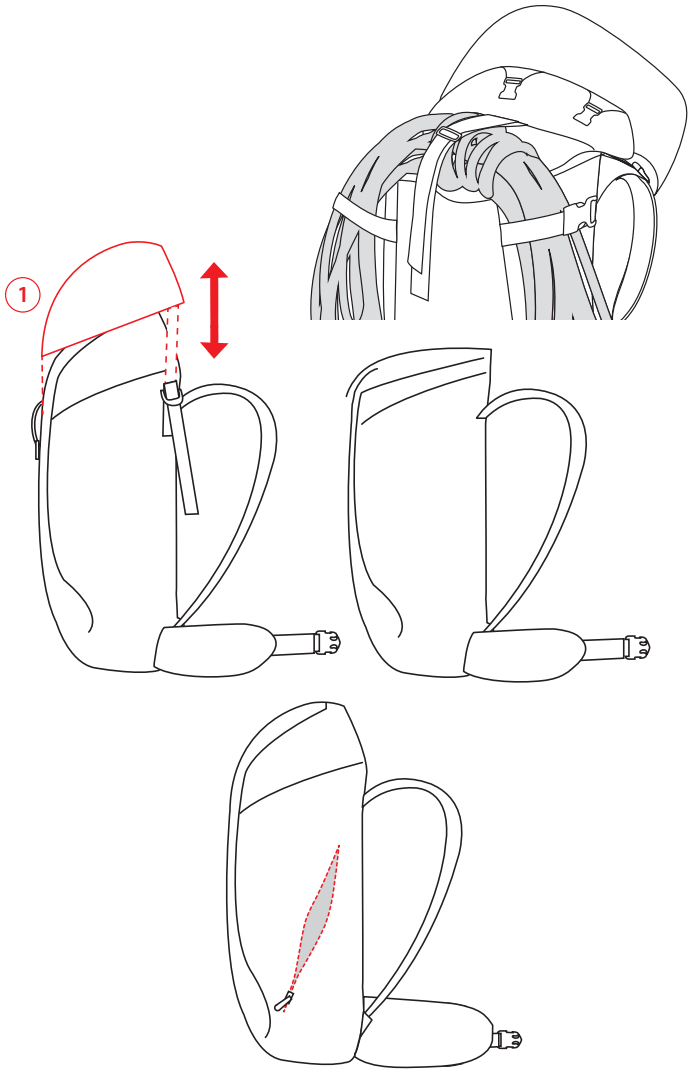
## CARACTERÍSTICAS DE LA MOCHILA MOUNTAIN

### BANDA DE CINTURA

Las bandas de cintura de las mochilas Mountain de VAUDE podrán ser adaptadas de manera óptima según el uso deseado:

1. Como banda de cintura tradicional con cómoda banda ancha de cintura.
2. Con la banda de cintura plegada, un cinturón fijará entonces la mochila; esta variante es especialmente práctica cuando por ejemplo se trata de transportar cuerdas para escalar
   (Solamente para dispositivos de alpinismo anatómico). Para ello, extraiga el cinturón de la banda de cintura y dirija esta última hacia dentro en la zona trasera de la mochila, pudiendo ser fijada con la ayuda de la correa de sujeción inferior.
3. Sin banda de cintura – la banda de cintura podrá ser






retirada por completo. La banda se encuentra fijada con velcro en el compartimento fijado para ello situado en la parte trasera de la mochila. Para retirarla, primeramente levante la banda de cintura y afloje el velcro, después podrá sacar la banda de su compartimento.

## CUBIERTA – SUJECIÓN DE CORDAJES

La sujeción de cordajes situada bajo la cubierta evitará que la cuerda se deslice y hará a la vez posible más espacio en el compartimento principal.

## CUBIERTA – AMPLIACIÓN DEL VOLUMEN POR MEDIO DE ALTURA DE CUBIERTA VARIABLE

Abriendo los lazos de tensión, el volumen de la mochila aumentará aproximadamente 10 litros. Con el fin de dar al portador mayor espacio para poder mover bien la cabeza, por ejemplo escalando, la cubierta de la mochila podrá ser retirada por completo. Para ello, se aflojará la zona superior de posicionamiento de carga **(1)** y a continuación sacará la cubierta del velcro.

## COMPARTIMENTO PRINCIPAL – ACCESO MEDIANTE CREMALLERA

El acceso al compartimento principal es posible mediante cremallera lateral.

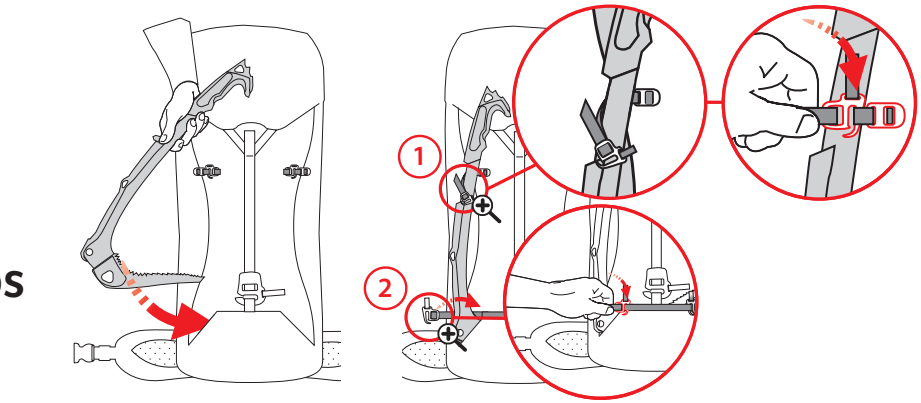
## PORTAUTENSILIOS & CO. – COMPARTIMENTOS PARA PORTAR EQUIPOS DE ESQUÍ

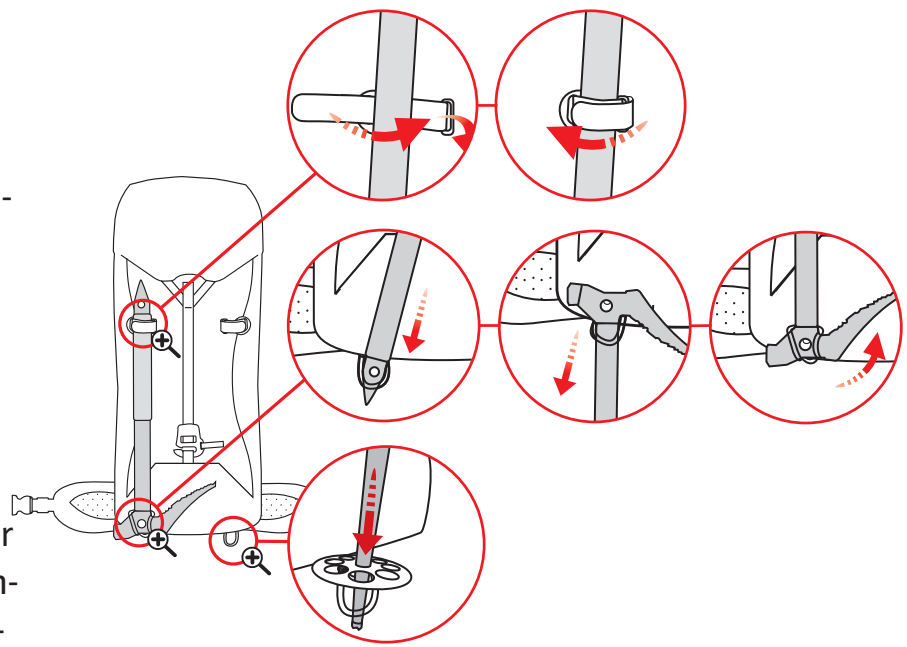
Utensilios para el hielo como el piolet podrán transportarse en un práctico compartimento para los objetos con picos.

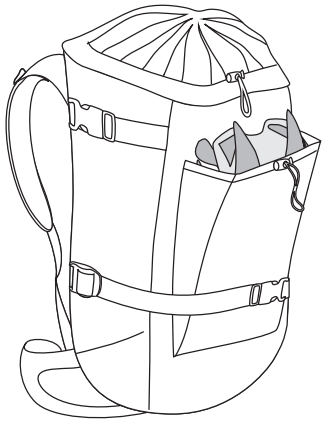
Primeramente, el utensilio deberá introducirse en el bolsillo destinado para ello. A continuación, fije el mango arriba y abajo con la banda tal y como se indica en la imagen.

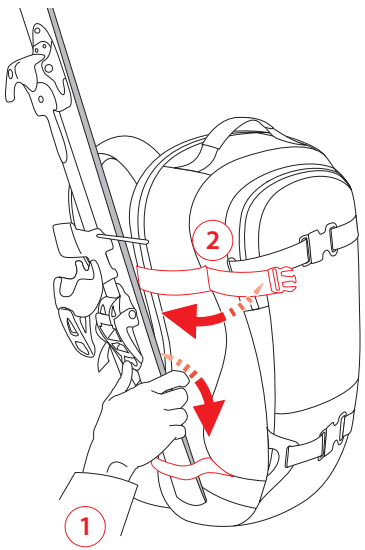
## PORTATUTENSILIOS & CO. – SUJECIÓN DE UTENSILIOS

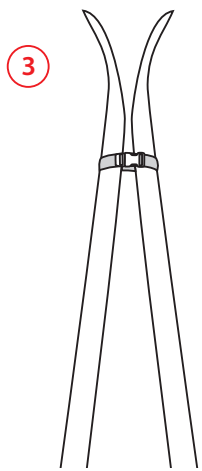
Las varillas telescópicas serán introducidas en las partes destinadas para ello situadas en la parte inferior de la mochila según se muestra en las imágenes. A continuación, fije el mango en la parte superior con la ban-








da o la correa de velcro.
Los equipos de esquí serán colocados con su mango desde arriba a través del lazo y fijados en la posición correspondiente. A continuación, fijar el mango en la parte superior con la banda o la correa de velcro.

## PORTATUTENSILIOS & CO. – COMPARTIMENTO PARA CRAMPONES

Se trata de una bolsa adicional en la parte delantera para depositar de manera segura crampones o garfios.

## PORTATUTENSILIOS & CO. – SUJECIÓN LATERAL DE ESQUÍES

Sujeción lateral de esquíes
Podrá adaptar un esquí a cada lado de la mochila **(1)**. Para ello, introduzca cada esquí desde arriba en el lazo correspondiente con la parte de la funda hacia adentro hasta que la estructura de fijación del esquí repose sobre el lazo quedando el esquí o en su caso el bastón erguido. Con la ayuda de las bandas de fijación laterales, podrá fijar los esquíes. **(2)**.

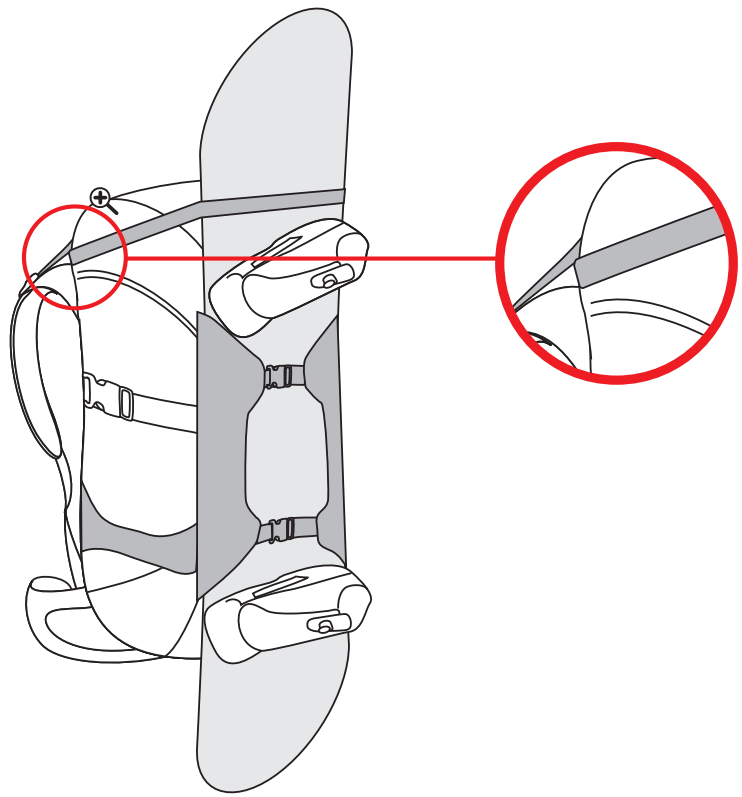
Con el fin de garantizar el equilibrio, se recomienda atar además los extremos de los esquís con una banda. Así, los esquís no se balancearán y permanecerán fijos.

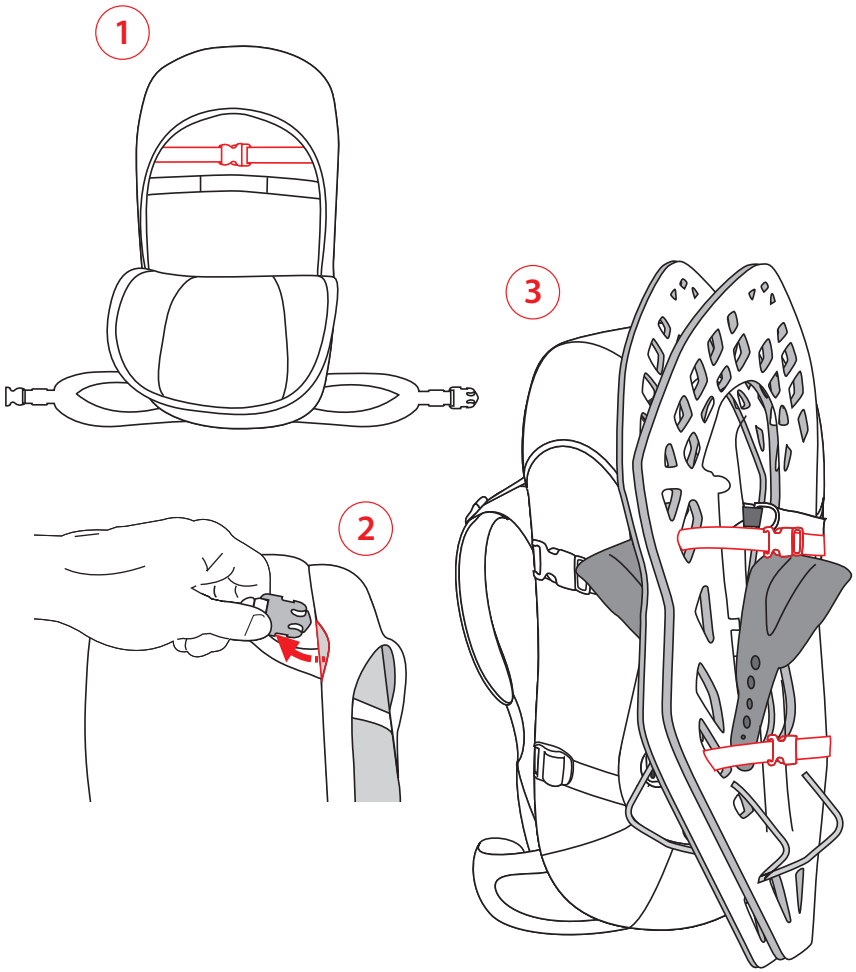
## ESPECIAL PARA INVIERNO – COMPARTIMENTO DE SEGURIDAD

Compartimento de seguridad: Tanto la sonda como la pala son fácilmente accesibles al quedar situados de manera segura en la parte delantera de la mochila. Las bandas elásticas interiores fijan el mango de la pala y la sonda, minimizando el incómodo movimiento de éstas.

## ESPECIAL PARA INVIERNO – SUJECIÓN DE TABLA DE SNOWBOARD

Correa de sujeción para tabla de Snowboard
Abra la correa de sujeción de la parte delantera de la mochila y encaje la tabla en la parte central con la parte de la funda hacia adentro. A continuación, cierre y fije las correas; la correa superior deberá quedar situada ligeramente bajo el lazo, de manera que evite que la tabla se deslice.






**Consejo práctico:**
Con el fin de gozar de mayor libertad de movimientos para las piernas durante la subida, se recomienda colocar la parte superior de la tabla ligeramente hacia delante. Para ello, pase la banda por encima de las correas de sujeción **(1)** tal y como se indica en la siguiente imagen.

## ESPECIAL PARA INVIERNO – SUJECIÓN DE RAQUETAS DE NIEVE

Para transportar raquetas de esquí proceda de la siguiente manera: abra el compartimento delantero de la mochila **(1)** y extraiga las correas de transporte a través de las aperturas laterales **(2)**. A continuación, cierre de nuevo el compartimento delantero, coloque el par de raquetas (plegadas por su parte inferior) sobre el saco, pase las correas a través de las raquetas y fíjelas **(3)**.

## ESPECIAL PARA INVIERNO – SUJECIÓN DE CASCO

A las mochilas de invierno se les añade una sujeción de casco extraíble. También podrá acceder al compartimento principal incluso cuando el casco se encuentre fijado.

Cuelgue la sujeción de casco sobre la parte frontal o sobre la cubierta de la mochila con la ayuda de las hebillas. Introduzca el casco en su dispositivo de sujeción fijándolo a continuación.

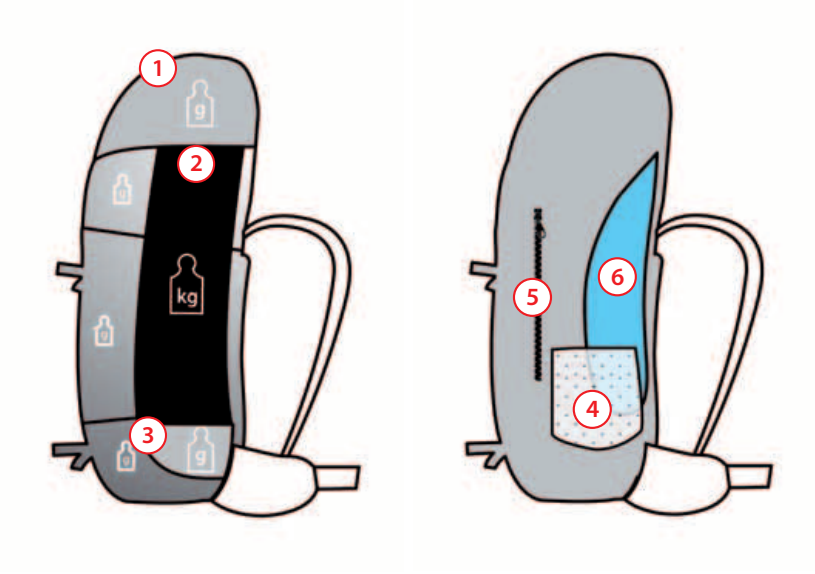
保修

常规设置.....52
正确使用背包.....52
调整与设置.....54
F.L.A.S.H.NT背负调节系统.....55
功能说明.....56
腰带.....56
背包顶盖—绳索固定带.....57
背包顶盖—背包容积可调整.....57
背包主仓—配备拉链开口.....57
装备与附件—冰雪装备袋.....58
装备与附件—装备固定扣.....58
装备与附件—冰爪包.....59
装备与附件—侧边滑雪板固定带.....59
冬季特别装配—安全分隔.....59
冬季特别装配—滑雪单板固定带.....60
冬季特别装配—雪鞋固定扣.....60
冬季特别装配—头盔固定带.....61

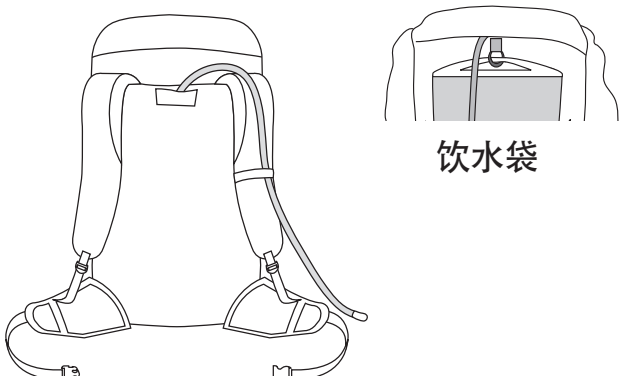
## 常规设置

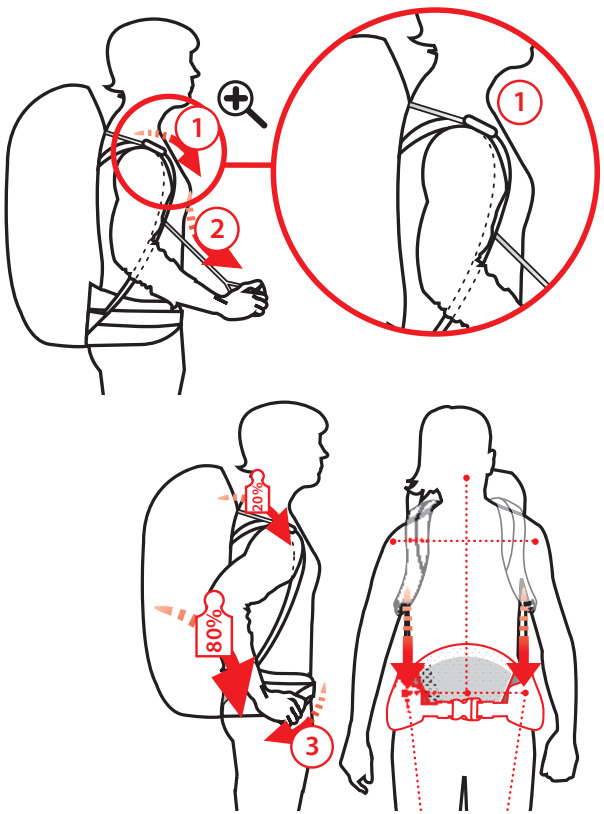
### 正确使用背包

背包的重心心需要放在上半身的重心处，这样背包可以尽可能的贴紧背部。



1. 上盖仓：放置小体积，轻重量的物品，如：手机、GPS、指南针
2. 背包主仓：较轻的物品，如衣服，应该放置在背包的底部、两侧和上部，中间和靠近底部的空间放置重物，如登山装备（登山扣、绳子）、帐篷、罐头或者水壶。
3. 背包底仓：这部分空间可以放置轻重量、大体积的行李，比如水袋、洗衣袋。
4. 外部口袋和网眼袋：小件物品（雨衣、硬币、手帕、手套等）。这些物品应该左右对称的放置，保持重量平衡。
5. 卡袋：放置地图。
6. 饮水系统：这套系统总是靠近背部重心的。如果是有上盖的背包，饮水管的开口在盖子下面；如果是拉链封口的背包，开口则位于背包上部的侧边。

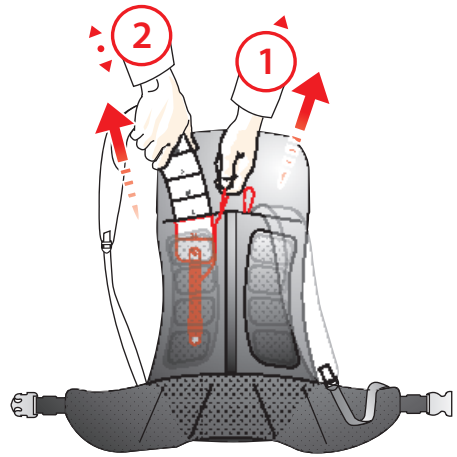





## 调整与设置

调整设置背包的具体步骤如下:

1. 肩带和负载定位腰带（上图1和2）抽紧，肩带放在锁骨和肩膀之间。肩带松软面要靠身体放置，长度可以由使用者自由调节。
2. 腰带扣上并收紧（上图3）。腰带位于盆骨上边缘，80%的重量应该由臀部承担。
3. 松开肩带，让背包重心下垂，用臀部承重，然后抽紧肩带，固定。
4. 负载定位带拉紧，肩部负重减轻。
5. 扣上胸部的固定带，确保不会太紧而影响呼吸。



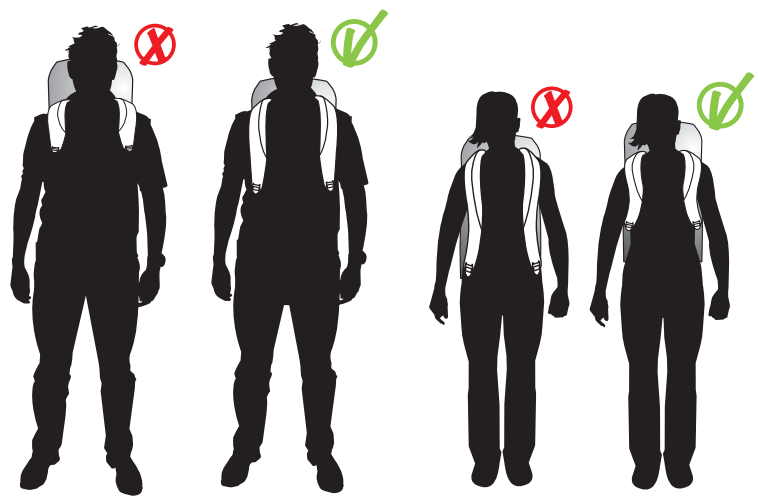

## F.L.A.S.H.NT背负调节系统

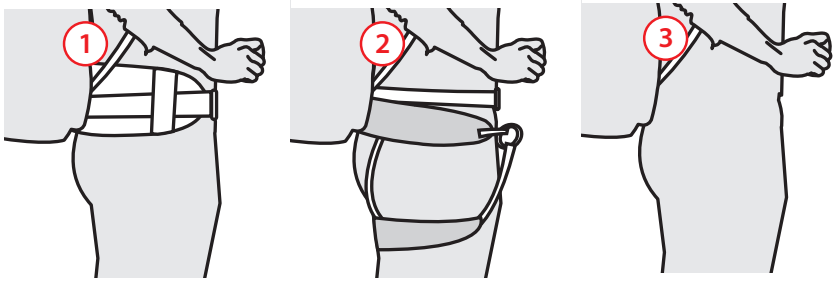
每个人的背部长度和形状都是独一无二的，使用新型F.L.A.S.H.NT背负调节系统可以有针对性的优化背负，达到最佳的重量分配。

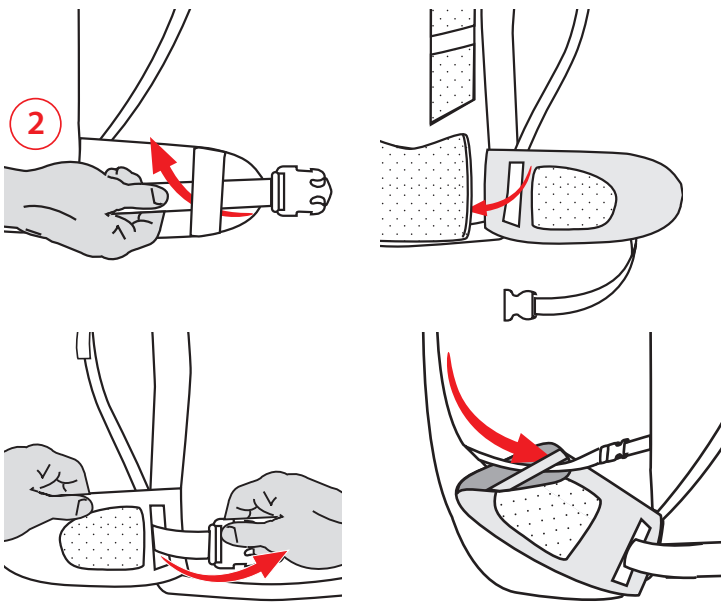
## 设置：

拉动红色拉环（右图1），调节肩带（右图2），轻松调节肩带的长度以配合身高。放开红色拉环，固定肩带，通过背包上的刻度来记录位置以便下次调节。

关于如何正确设置背负系统，也可以访问我们的Youtube的频道 www.youtube.com/vaudesport.






登山包功能说明
腰带

VAUDE登山包的腰带可以依据使用者的个人需求来调整:

1. 传统腰带, 舒适的扣在髋关节两侧
2. 腰带可折叠, 将宽腰带向内折叠。
3. 宽腰带可以完全卸下, 固定带向后扣在背包上。

背包顶盖—绳索固定带

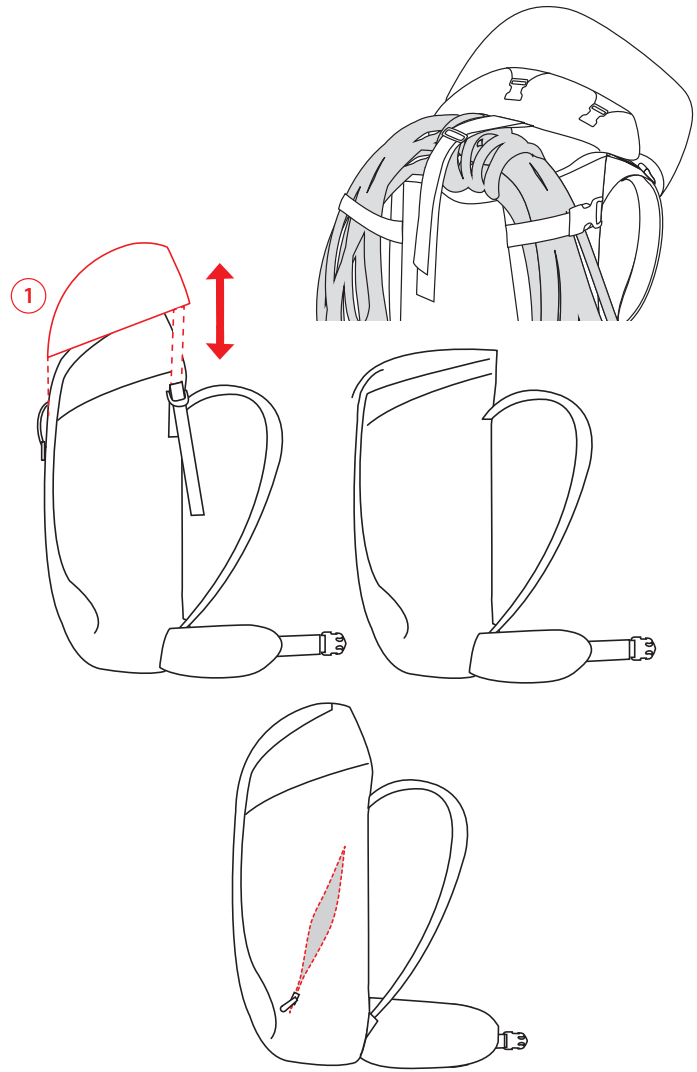
绳索固定带位于顶盖下方，绳子从顶盖左右伸出背包，可以节省包内空间。

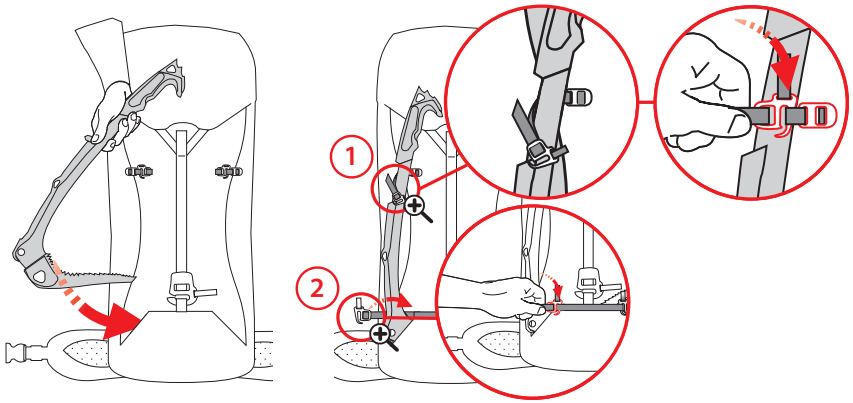
背包顶盖—背包容积可调整

调节织带的长度，可以让背包容积增大约10升，使用者可以有更多储物空间。松开锁扣（上图1）顶盖也可以完全卸掉。

背包主仓—配备拉链开口

背包侧边配有拉链，方便取放物品。

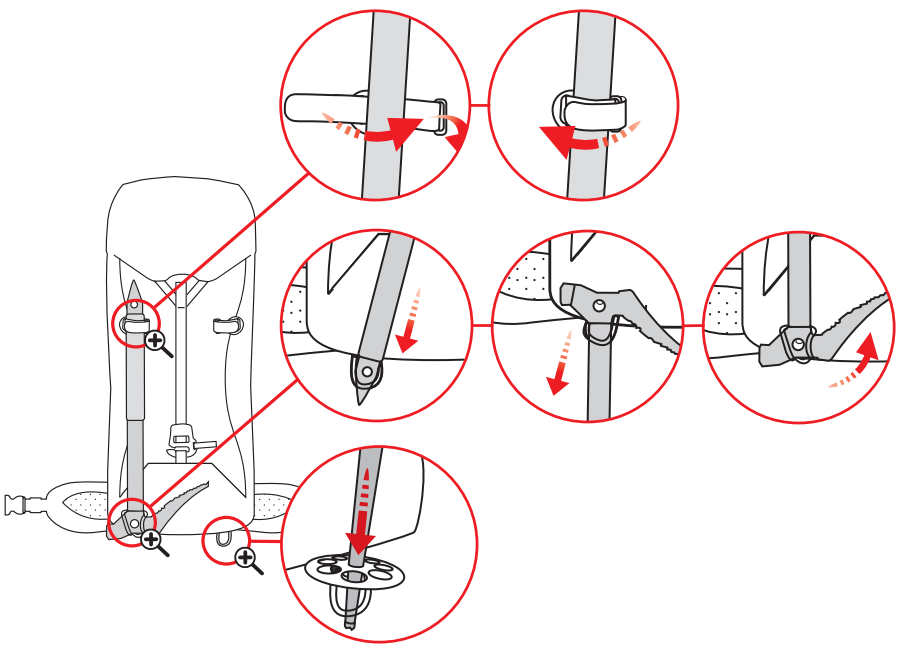





装备与附件—冰雪装备袋

配备有专门的口袋以放置冰镐的登山装备。

先将手柄插入口袋，再将镐头用织带固定。

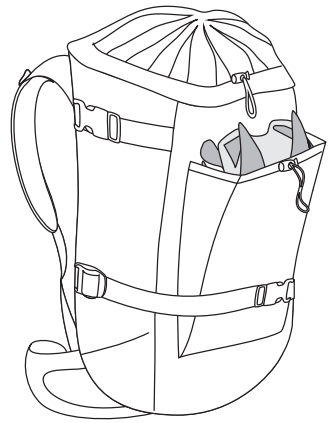


装备与附件—装备固定扣

登山棒下端插入背包底部的绳圈，用魔术贴扣将棒身固定在背包上。
将冰镐如上图手柄向下插入绳圈，向上转动，用魔术贴扣固定在背包上。

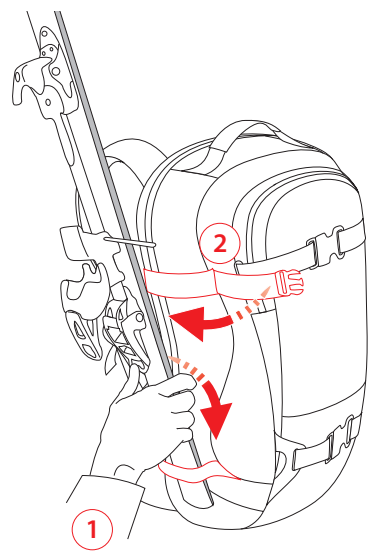
装备与附件－冰爪包

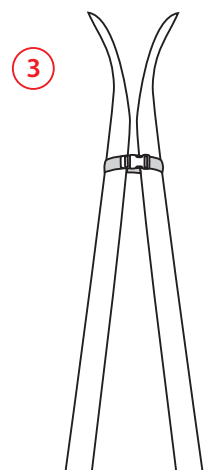
背包前面所配备的口袋可以用来放置冰爪等雪地装备。



装备与附件－侧边滑雪板固定带

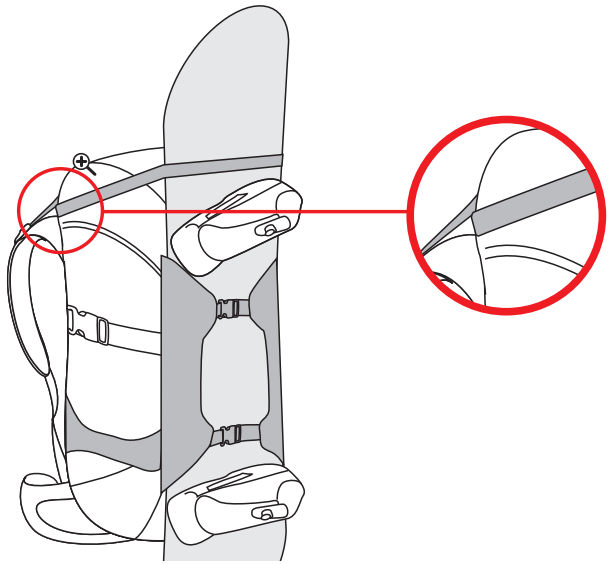
滑雪板可以一左一右的固定在背包的两侧。滑雪板应从上往下插入背包下部的织带圈（左图1），用上部的织带（左图2）将其固定在背包侧面。
在滑雪板顶部，用绑带将头部扎在一起，起到固定作用。




冬季特别装配－安全分隔

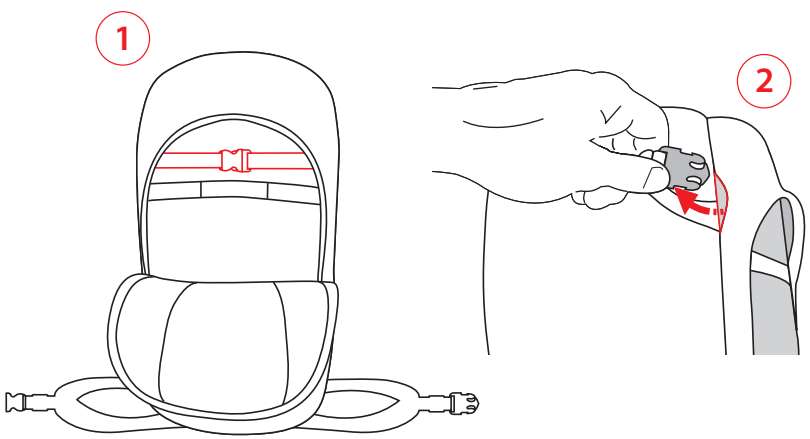
探头和雪铲等用具可以放置在背包前部的安全分隔内，用弹性橡筋将其固定，减少不必要的晃动。



冬季特别装配—滑雪单板固定带

将背包前面的固定带打开，如左图所示竖直贴紧背包放置，将固定带扣上、收紧。

建议：用一根额外的织带（穿过背包顶部的绳圈）将滑雪板头部略向前拉，可以更加方便腿部的运动。



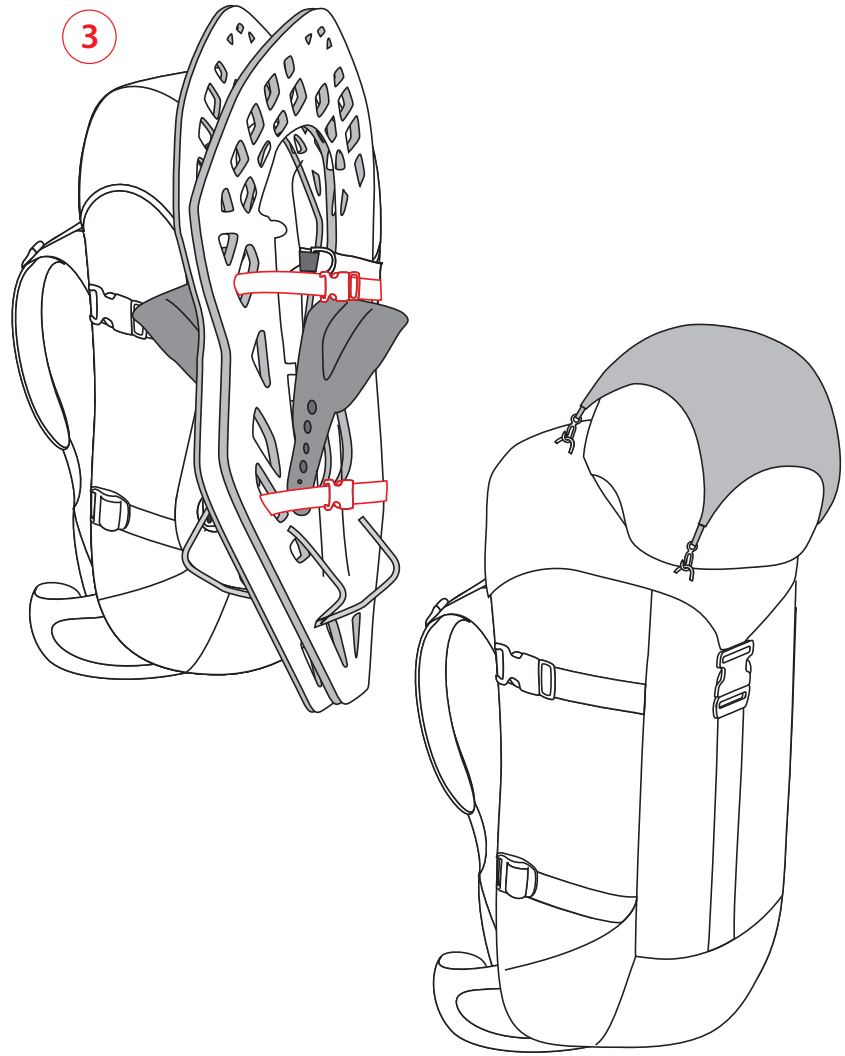

冬季特别装配—雪鞋固定扣

将背包的前袋（上图1）打开，松开固定带的插扣，分别从两侧出口抽取插扣（上图2）。拉好前袋拉链。将雪鞋底对底的竖直贴紧背包放置，用固定带穿过雪鞋两侧，将插扣扣好，收紧。

## 冬季特别装配－头盔固定带

为冬季运动设计的登山包配备有可卸式头盔固定带，有了这个配件使得顶盖的正常使用不受任何影响。

先将固定带的前端两头连接在背包顶端，将头盔放置好，将下端两个插扣插到背包上即可。



© Copyright VAUDE Sport GmbH & Co. KG • vAUDE.COM